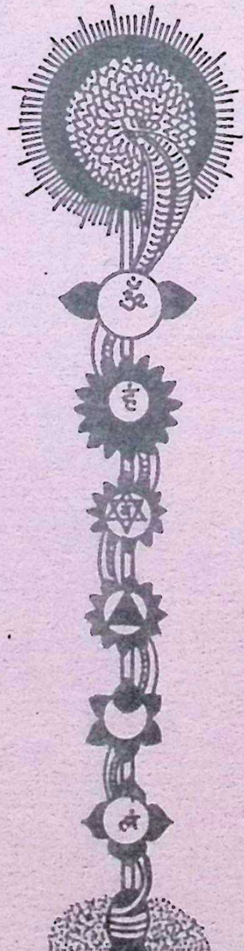
साधना र मानव उत्कर्ष



गोविन्द प्रसाद उपाध्याय

साधना र मानव उत्कर्ष

गोविन्द प्रसाद उपाध्याय

प्रकाशक:

मममता उपाध्याय,

पुरानो बानेश्वर,

काठमाण्डौ ।

फोन नं.: ४७३०६७

मुद्रक : जीवन प्रिन्टिङ्ग सर्पोट प्रेस

नयाँ बजार ।

फोन: ४१२३४५

मूल्य: रू. ५०।-

२०५१ साल पुष

समर्पण

आफ्नो र मानव समाजको उत्कर्षका निम्ति फलदायी साधनामा रत भई उच्चतम संस्कृति र महत्तम आदर्शका अनुपालक हुंन सकुन भन्ने हार्दिक शुभकामनाका साथ मनुष्य समाजका समस्त वर्तमान र भावी पिडीमा समर्पित ।

साधना र मानव उत्कर्ष

पृष्ठ

परिचय	१
संस्कृति	५
सृष्टिको आश्चर्य	९
हिन्दू धर्ममा योगको महत्त्व	१२
मानव-उत्कर्षमा निगम र आगमको भूमिका	१४
आत्मसाधनामा कुण्डालिनी - विज्ञान	१८
"परमं सम्यं" को वाटो	२२
मानव उत्कर्षको शाश्वत स्वरूप	२७
वयं राष्ट्रे जागृयाम	३३
ज्योति रहस्य	३८
धर्मको मर्म	४५

परिचय

विभिन्न साहितियक तथा धार्मिक पत्र पुस्तिकाहरूमा पटक पटक छापिएका केही लेखहरू र एक दुई नछापिएका पनि लेखहरू थिए । तिनको संकलन गरी छपाउन मित्रहरूको आग्रह टार्दै थिए । किनकि लेखहरू त्यति धेरै थिएनन् । फेरि खेलहरू आफ्ना अनुभव र अनुभूतिबाट उत्प्रेरित भावनाका शब्द विन्यास मात्र थिए । परिस्थिति वस वा लेख माग्नेको प्रेरणा टार्न नसकेर लेखेका केही वैचारिक केही परचेतना विषयक यी रचनाहरूको आलोचना, समालोचना वा मूल्यांकनको न मैले अपेक्षा गरे न कतै कसैले विशेष रूचि देखाएको नै मैले पाएँ । कारण न त यो आधुनिक साहित्य थियो न कवितानै । परचेतना विषयको गुढ रहस्य केलाउन खोजेको लेख रोचक र रूचिकर हुने पनि कुरा आएन । आजकल काल्पनिक र अयथार्थ बन्न पुगेको कुनै कुरा छ भने त्यो हो आत्मा र परमात्मा विषयक चिन्तन वा अनुभूति विषयको गन्थन । तर जसलाई यस विषयमा चस्का लागेको हुन्छ त्यसले अन्य सवै विषयलाई अयथार्थ सम्झन्छ ।

यसलाई छपाउने नै भए यसको परिचयात्मक लेख पनि हुनु पऱ्यो । साच्चै भनू भने यस्तै लेख वा लेखक न भेटेर नै छाप्न जाँगर आएको थिएन । तद विषयक साधक महात्माले मात्र यसमा साङ्गोपाङ्ग भूमिका लेख्न सक्ने हुनाले धेरै अगि आफूले खाएको एक महात्मालाई केही पढेर सुनाए । वहाँले “सुन्दर, अति सुन्दर, आनन्द आयो” भन्नु भयो तर त्यसको पूर्वापारको व्याख्या गर्नु भएन याने यस विषयमा आफ्नो अनुभव अनुभूतिको पेटारी खोल्नु भएन । महात्मा हुनु हुन्थ्यो धेरै कुरा सोध्ने वुझ्ने पनि कुरा आएन । अर्का धुरन्धर महा पण्डित लेखक अन्वेषकलाई पनि देखाए वहाँले सऱ्हाना त गर्नु भयो तर यसभित्रको रहस्य केलाउने र विश्लेषण गर्ने अभिरूचि लिनु भएन । अर्का एक प्रकाण्ड कवि, लेखक तथा विद्वान महानुभावलाई पनि देखाए, वहाँले मौलिक विचार भनी सरहाना मात्र गर्नुभयो ।

यसरी प्रस्तुत लेखहरूको संगालोको आधिकारिक व्यक्तिद्वारा विद्वत्तापूर्ण समालोचना गरिएको परिचयात्मक अग्रलेख हुनु पर्छ भन्ने अभिप्राय पूरा हुने

देखिएन । किनकि प्रस्तुत विषयको साधक विद्वान र टिप्पणीकर्ता पाउन सकिएन । त्यसैले यस पुस्तिकाको परिचय वा भूमिका पनि आफै लेख्न वाध्य भएको छु । आफ्नो रचनामा आफैले भूमिका दिन उत्रनु मिल्ने कुरा होइन । नेपालीमा त्यस्ता अनुभूति सम्पन्न र विद्वान नहोलान भन्ने पनि मलाई लाग्दैन । तर मैले भने त्यस्ताको परिचय र सहयोग पाउन सकिन । यो परिचय आफैले लेख्दा संकोचलाई एकातिर त्याग्नु परेको पाउँछ भने अर्कोतिर आत्मश्लाघाको दोषी बन्नु पर्ने देखि असमन्जसताको पनि अनुभव गर्दै छु । यतिका गन्थन गर्नुको माने पाठकहरूले मेरो परिस्थिति र मनस्थिति वुझी मेरो घृष्टतामा क्षमा गर्नुहुनेछ भन्ने मात्र अभिप्राय हो ।

कुनै कुनै अवस्थामा कुनै कुनै लेख अथवा विचारको पुष्टयाई गर्न विस्तृत तथा पाण्डित्यपूर्ण भूमिकाको आवश्यकता पर्दछ । त्यस्तो क्षमता ममा छैन । अत: अग्रलेख वा परिचय प्रस्तुत गर्ने चलनको निर्वाह मात्र गर्न संक्षेपमा कलम कोर्न लागेको हुँ ।

मानिसको भाव र श्रद्धा जस्तो छ उ त्यही हुन्छ । भाव, विचार, श्रद्धा र अनुभूति नै मानिसको व्यक्तित्व हो । स्वतन्त्रता, प्रजातन्त्र र उच्च विचारका निमित्त समर्पित हुँदै जीवन यापन गर्ने व्यक्तिले आन्तरिक जीवनको वास्तविक स्वतन्त्रता र उत्कर्षका निम्ति चिन्तन, मनन, साधन र तपस्या गर्नु समीचीन मात्र होइन अनिवार्य पनि हेा भन्नु अत्युक्ति होवोइन । आन्तरिक आत्मवल र आत्मिक चेतना नै जीवनको आधार नभई वाह्य याने सामाजिक स्वतन्त्रा, प्रजातन्त्र र आर्थिक सम्पन्नताले मात्र मानिसको परं उत्कर्ष लाभ हुँदैन भन्ने कुरा जीवनका पाइला पाइलामा सवैलाई अनुभूत भइरहेकै छ । राष्ट्रको राजनैतिक चेतनालाई उचाल्न खोज्ने व्यक्तिले ताड्न, उत्पीडन, नेल जेल तथा केहीले फाँसी गोली बेहोर्नु परेको इतिहास सर्वविदितै छ । १९९७ सालको वन्दी जीवनमा आत्मवलको सहाराले ठूलो काम गऱ्यो र पछि कालकोठरीको जीवनमा आत्म साधना गर्ने प्रेरणा स्वत: स्फूर्त भयो ।

चिन्तन, मनन, प्राणायाम, ध्यान, धारणाले भावलाई परिमार्जन गर्दै, सत्वगुणको अवलम्वनले देहलाई निर्मल गराउँदै, साधनालाई पुष्ट प्रवाहमा लैजाँदै जाँदाको उपलब्ध अनुभूति नै यी लेखहरूको धरातल हो ।

'कल्याण' का विभिन्न अङ्कहरू, योग शास्त्रका विभिन्न कितावहरू, विवेकनन्द आीदका कृतिहरू र महामहोपाध्याय पण्डित गोपिनाथ कविराजका रचना आदि अध्ययन गर्दै जाँदा आफ्नो अल्प अनुभूतिलाई पुष्टयाई गर्ने तथ्यहरू भेटिँदै गए। पछि उपनिषदको अध्ययन गर्दा झन छर्लङ्गदै आएका विषयको नै यहाँ प्रकाश पार्न खोजिएंको छ।

ज्योतिरात्मनि नान्यत्र समं तत्सर्वजन्तुषु।

स्वयं च शक्यते दृष्टुं सुसमाहितचेतसा॥

परमात्माको ज्योति आत्मामा रहन्छ, अन्यत्र कहीं रहँदैन। यो सबै प्राणीहरूमा समान रूपले चम्कन्छ र मनलाई समाधिस्त गरी शान्त गर्न सके यो स्वयं देखा पर्दछ।

यसरी ज्योति दर्शन गर्ने त्रिनेत्र खुल्नु नै मानवको परं उत्कर्ष मानिएको छ। यस्तो स्थिति प्राप्त गर्न उत्कट साधना गर्नु पर्दछ अनि कुण्डलिनी जाग्रत हुन्छ। यो जाग्रत भई धेरै क्रम पार गरेपछि मन समाधिस्त र शान्त हुँदै जान्छ र नित्य ज्योति लाभ हुन्छ।

संसार सत्य र असत्यको खेलमा रूमलिएको छ। सत्यमा शान्ति छ भने असत्यमा अशान्ति। सत्य पत्ता लगाउने ज्ञान नै वास्तविक विज्ञान हो। यही विज्ञानको ज्ञान मानव जीवनले अपेक्षा गरेको सारभूत ज्ञान हो। मानिसको बुद्धिले वैज्ञानिक चमत्कार गरिरहेको छ भने मानिसको देह, मन, बुद्धि पनि विज्ञानमय छ र त्यस विज्ञानको अनुसन्धान र उपयोगले मानिसलाई ज्ञान प्राप्त हुन्छ। भौतिक विज्ञानको ज्ञान विकासले भौतिक उन्नति मात्र हुन्छ। आत्मिक ज्ञानको विकासले परं शान्ति तथा परं आनन्दको अनुभूति हुन्छ। अत: संसारमा विज्ञान र ज्ञान दुवैको विकास क्रम आवश्यक छ। दुवैको लक्ष पनि सुख प्राप्ति नै हो। तर भौतिक ज्ञान अस्थायी हो, आध्यात्मिक ज्ञान मात्र चीरस्थायी हो। त्यसैले विज्ञानलाई साधन मानिन्छ र ज्ञानलाई साध्य वस्तु मानिन्छ।

मानिस जन्मना स्वतन्त्र हुन्छ भन्ने अवधारणा गलत हो। मानिस गुणहरूको बसमा हुन्छ। तम र रजगुणको अधिक्यमा मानिस आफै आफूमा

परतन्त्र हुन्छ । मनुष्य भौतिक तत्व देह, मन, बुद्धि, चेतना र अभौतिक तत्व परं ज्योतिले बनेको जीव हो । साधनद्वारा सत्वगुणको आधिक्य भए पछि जसले ज्योति लाभ गर्दछ त्यही आत्मा स्वतन्त्र हुन्छ, त्यही मानव मात्र स्वतन्त्र हुन्छ । त्यसको व्यक्तिगत सत्ता बिन्दु वा ज्योतिसंग एकाकार हुन्छ अनि त्रिगुणात्मक प्रकृतिबाट त्यो माथि उठ्दछ र संसार बन्धनबाट मुक्त पनि हुन्छ । त्यसतो मानव मात्र वास्तविक अर्थमा निष्कम कर्म गर्न समर्थ हुन्छ ।

भनिएको छ "शब्दव्रह्मणि निष्णातः परं व्रह्माधिगच्छति" । ज्योतिलाई विन्दू पनि भनिन्छ र विनदूका साथ शब्द प्रवाहित भइरहेको हुन्छ र देह निर्मल भए गरेपछि शब्द याने नाद श्रवण हुन थाल्दछ त्यसैलाई शब्द ब्रह्म भनिन्छ । कुण्डलिनी र नाद पनि एउटै वस्तुका दुइ रूप हुन् । मानवको मुलाधारमा स्थित कुण्डलिनी नै जीवन वाहिनी शक्ति हो । यसलाई जाग्रत गर्न सकेमा यसले विभिन्न आधार पार गरी व्रह्मरन्ध्रमा निवास गर्दछ । जसले व्रह्मरन्ध्रबाट निश्रित नाद श्रवण गर्दछ, जसले भृकुटीमा ज्योति दर्शन गर्दछ त्यसलाई मुक्त आत्मा मानिन्छ । त्यसले परंब्रहम प्राप्त गर्न सक्छ । यिनै परं आदर्शलाई सम्मिलित लेखहरूले प्रतिपादन गर्ने प्रयाश गरिएको छ ।

अध्ययन, मनन, तप र साधना गर्दै जाँदा उपनिषद, तन्त्रशास्त्र र संहितादिका अनेकौं मन्त्रहले उल्लिखित तथ्यहरूलाई पुष्ट गरेको पाइने छ । प्रत्येक लेखमा विषयवस्तु वार वार दोहरिनुका साथै हुन गएका त्रुटीहरू मेरो अक्षमताका दोष हुन सक्तछ अथवा एउटै वस्तुको व्याख्या भएकोले दोहरिएको पनि हुन सक्तछ । मननशील साधक र विद्वानहरूको अगाडि यस भन्दा बढी भन्नु आवश्यक छ जस्तो मलाई लाग्दैन ।

संस्कृति

संस्कृति मानव जातिको संस्कारपरक गुण हो। मानव चेतनायुक्त मात्र होइन बुद्धियुक्त प्राणी हो। चेतना विशेषमा मात्र भर नपरी बुद्धि र विवेक विशेषले काम गर्ने प्राणी मानव हो। सुआचार र सुबिचारमा हिंड्नाले मानवको कल्याण हुन्छ र कुविचार र कुआचारमा लाग्नाले मानवको मानवत्व रहँदैन भन्ने बुद्धिविवेक मनव मात्रमा हुन्छ। सुआचार र सुविचारको संस्कारबाट संस्कृति जन्मन्छ। यस्तो अखिल जागर्तिक भाव मानवमात्रको सार्वभौम तत्व हो। अत: यस पृथ्वीका समस्त मानव जातिमा यो तत्व विकसित, अर्ध-विकीसत र अनेकन तहमा रहेको हुन्छ।

झुठ बोल्नु ठीक होइन, चोर्नु पाप हो, व्यभिचार गर्नु आचारणहीनता हो, क्रोध गर्नु क्षुद्रता हो, प्रेम वा माया गर्नु उच्चता हो, उपकार गर्नु महानता हो भन्ने भाव वा विचार मानवमात्रमा विद्यमान रहन्छ। कला, कौशल र सुन्दरतामा मानव आकर्षित हुन्छ र भजन, गान र संगीतामा आत्मा-विभोर हुन्छ। उन्नतिको खोजी र अवनतिको त्यागमा मानव-बुद्धि स्वभावत: उत्प्रेरित हुन्छ। सूर्य, चन्द्र, प्रकाश, अँध्यारो, ज्ञान, विज्ञानको गुण धर्म संसारमा सबै ठाउँमा एउटै भए जस्तै मानव जातिको मूल स्वभाव, मूल बुद्धि र मूल संस्कृति पनि एकै किसिमको हुन्छ। देश काल परिस्थिति आदिको भिन्नताले विद्या र बुद्धिको विकासमा भिन्नता जाति र व्यक्तिको मानसिक शक्ति अनुसार हुन गएको हो।

मानव मात्रको जुन आन्तरिक भाव हुन्छ त्यो सदैब फक्रन, फुल्न र विकासको चरमावस्थातिर लम्कन प्रयत्नशील हुन्छ, त्यही आन्तरिक भावको प्रयोजन संस्कृति हुन्छ। यसरी 'संस्कृति' मानवको आत्म-विकासको स्पष्ट रूप हो र 'सभ्यता' भनेको भौतिक विकासको आकृति हो भन्नुमा अत्युक्ति हुनेछैन।

'संस्कृति' मानवको बौद्धिक, मानसिक र आत्मिक विकाससँग सम्बन्धित हुन्छ, त्यस्तै सभ्यताले भौतिक रहनसहन चाल चलन र विकाससँग सम्बन्ध

राख्तछ । जन्म जन्मान्तरको संस्कारको आधारमा जुन क्रियात्मक आदर्श लक्षित हुन्छ त्यही नै उत्कर्ष्ट संस्कृति हो । त्यस लक्ष्यतर्फ उन्मुख आवरणलाई सभ्यताको स्वरूप हो भन्न पनि सकिन्छ ।

संस्कृतिले आध्यात्मिक अभ्युत्थानको प्रदर्शन गर्दछ जब कि सभ्यताले संस्कृतिलाई अनुसरण गर्दै मानव विकासको भौतिक पक्षलाई दर्शाउँछ । सात्विक गुणको विकास गर्दै आत्मिक उत्कर्षतर्फ जाने मार्ग संस्कृतिले प्रस्तुत गरिरहेको हुन्छ भने सभ्यताले शारीरिक र भौतिक अभ्यूदय प्रकट गर्दछ ।

मानवका नैसर्गिक भाव र गुणहरू बढाउन संस्कृति नै सहायक हुन्छ र मानवको समुचित व्यवहार र वैभव बढाउन सभ्यता अग्रसर हुन्छ । संस्कृति र सभ्यता परस्पर सहायक हुन् र परस्परको योगदानले उत्कृष्ट सुसंस्कृति जन्मन्छ । संस्कार अनुसार चेष्टा, व्यवहार र कर्म आदि हुन्छ र सुचेष्टा, सुव्यवहार र सुकर्मले आत्मिक उन्नतिको साथै समाज, राष्ट्र र विश्वको उन्नति र उत्थान हुन्छ । यसरी राष्ट्रव्यापी शरीरमा संस्कृतिरूपी प्राणले राष्ट्रको उज्वलता र उत्कर्षमा कार्य गरिरहेको हुन्छ ।

पशु, पंक्षी, कीट, पतंगादिको जन्म भोगका निम्ति हो भनिन्छ । यी जीवहरूको चेतनामा स्वभाविक चेष्टा विद्यमान पाइन्छ । यिनमा सम्यकबुद्धि र ज्ञानको उन्नत अवस्था देखिदैन । मनुष्य-चेतना स्वभाविक चेष्टामा मात्र निरत हुँदैन । मनुष्य सम्यक् असम्यक् दुबै प्रकारको चेष्टा गर्न स्वतन्त्र छ । यसरी सम्यक्-कृति-संस्कृतिको धनी मनुष्य र मनुष्य समाज मात्र हुन सक्तछ । पशु-संस्कृति भन्ने कुराको हामी कल्पना गर्न सक्तैनौं । पशुपंक्षीबाट संस्कृतिको रचना हुन सक्तैन ।

कला उत्कृष्ट भाव परक हुन्छ भने विज्ञान उत्कृष्ट विचारपरक हुन्छ र दुवैको लक्ष्य ज्ञान हो । गायकको स्वर-लहरीमा आत्म-विभोरता, मूर्तिकारको मूर्ति-निर्माणमा आत्म-विस्मृति, चित्रकारको चित्रकारितामा तल्लीनता र वैज्ञानिकको अनुसन्धान र आविष्कारमा तन्मयता लक्ष्य-विहीन चेष्टा होइन, यो त वास्तवमा सत्यं शिवं सुन्दरम्को खोजीको व्याकुलता हो । अन्यथा मानवसमाजले यसतर्फ स्वत: आकर्षित हुनुपर्ने र महत्त्व दिनुपर्ने प्रयोजन हुने थिएन । कला र विज्ञान प्रतिको आकर्षण मन-बुद्धिभित्रको तहदेखिको आकर्षण हो र यही तह वा

सतहमा अपार आनन्दको भण्डार रहन्छ भनी ज्ञान जान्नेहरू भन्दछन्। कला र विज्ञानको साधना विशिष्ट आनन्द-प्राप्तिको निमित नै गरिन्छ । यी सब साधनाको तहमा आनन्द नहुने हो भने मानव साधनारत हुने नै थिएन । इन्द्रिय ज्ञानेदेखि पर बुद्धिज्ञान भित्रबाट विवेकरहित कर्मको त्याग र विवेकयुक्त कर्मको ग्रहण मानवमात्रको स्वाभाविक गुण भएकोले यही गुण-धर्म नै संस्कृतिको जग हो। संस्कृति भावपरक गुण हो । सत्कर्म गर्नमा अन्त:करणको स्वभाविक गुण नै प्रधान कारण हुन्छ । ज्ञान अनुसार संस्कार र संकार अनुसार कर्म र कर्म अनुसार संस्कार यसरी यो क्रम विकास चल्दछ र यी कुराहरू मानव जीवनको चेष्टामा द्योतन भइरहेको हुन्छ ।

व्यवहारमा प्राचीन कलात्मक मूर्तिहरू, काष्ठकला र शिल्पकलापूर्ण मन्दिरहरू, प्राचीन कलात्मक भवनहरू, उत्खनन गर्दा पाइने विभिन्न वस्तुहरू, प्राचीन धर्मग्रन्थहरू तथा प्राचीन रीति-रिवाज र प्राचीन साहित्य-संगीतकला-वस्तुंहरू आदिलाई संस्कृति भन्ने चलन छ र आधुनिक विशाल कलकारखाना, वायुयान तथा संचार साधनहरू, बङ्गलाहरू, बाग-बगैंचा पार्कहरू र रेडियो टेलिभिजन आदिलाई सभ्यताको संज्ञा दिइन्छ । त्यस्तै परम्परागत धार्मिक चाल-चलन तथा पर्वहरू, नाचहरू, सभा तथा जात्राहरू आदिलाई सांस्कृतिक क्रिया-कलापमा लिइन्छ तथा राम्रो र चुस्त लुगा लगाउनु, मीठो बोल्नु, अरूको आदर सत्कार गर्नु, दु:ख परेकालाई राहत दिनु आदि कार्य सभ्यताको लक्षण मानिन्छ । यसरी मानवका प्राचीन कृति र त्यससँग सम्बन्धित क्रियाकलापलाई संस्कृति र मानवका आधुनिक कृतिहरूलाई सभ्यता भन्ने चलन छ र आजको आधुनिक कृतिहरू भविष्यका मानवका निम्ति संस्कृति हुन जाने छ । मनुष्यस्वभाव अतीतको कल्पनामा भावाधीन हुन्छ भने वर्तमान र भविष्यको कल्पनामा विचाराधीन हुन्छ । यसरी संस्कृतिलाई भावप्रधान र सभ्यतालाई विचारप्रधान पक्षमा खोट्याउन सकिन्छ ।

यसरी संस्कृति मानव-उत्कर्षको उच्चतम आध्यात्मिक अभिव्यक्ति र सम्यता मानव प्रयत्नको उच्चतम भौतिक उपलब्धि हो भन्ने कुरा सिद्ध हुन आउँछ ।

जगत् र जीवनको उत्पत्ति कुनै अदृश्य अनिर्वचनीय परं तत्वबाट भएको हो अथवा होईन र त्यस परं तत्व तर्फ सारा आकर्षित छन् वा छैनन् ? त्यसै परं

तत्वमा विलीन हुनेतर्फ संसारमा सवभन्दा उन्नत जीवन मनवको सारा चेष्टा र प्रक्रिया कायरत छ छैन ? यसतर्फ अरू विचार गर्दा मानव यस संसारमा उपलब्ध साधनमा सन्तुष्ट छ वा यसभन्दा उन्नत अवस्थाको खोजीमा हरवखत चेष्टाशील छ भन्ने कुरको अझ सूक्ष्म विचार गर्नु आवश्यक देखिन्छ ।

यदि वर्तमान अवस्था उच्चतम हो भने यहाँ दु:ख दारिद्रय, अशान्ति किन छ र फेरि यहाँ अत्यन्त दु:खदायी मृत्यु अनिवार्य किन छ ? यसकारण यस अवस्थालाई उन्नत्तम अवस्था भन्न सकिदैन । तर जड अवस्थ सृष्टिको न्यूनतम अवस्था हो र चेतन अवस्था उच्चतर अवस्था हो भन्ने पनि सबैले मान्नै पर्दछ । चेतनामा परं चेतन अवस्था जुन विचार र भावको अन्तिम अवस्था हो र जहाँ अपार आनन्द छ त्यो अवस्था जड अवस्था होइन । त्यहाँ पुगेपछि जन्मनु र मर्नु पनि आवरणको परिवर्तन मात्र हो भन्ने तथ्य स्वत: अनुभूत हुन्छ ।

यसरी जड र परं चेतन अवस्था एउटै हुन सक्तैन । अत: चेतनाले संस्कृतिको रचना गर्दछ भने अचेतनले मूढावस्था जन्माउँछ । संस्कृतिको परं लक्ष्य परं चेतनामा आत्म-विभोर मात्र होइन आत्मलीन गराई परं आनन्दमा सदासर्वदा निमग्न रहनु हो र त्यसैको निम्ति मानव-चेष्टाहरू क्रियाशील भइरहेका हुन्छन् र मानव-जीवन र संस्कृतिको सार यही हो ।

मधुपर्क मंसीर २०३७ वर्ष १३ अंक ७ मा प्रकाशित

सृष्टिको आश्चर्य

यो विश्व सृष्टि कहिले भो र कलिहे अन्त्य हुन्छ त्यसको यथार्थतामा मानव बृद्धि पुग्न सकेको देखिदैन । यसका सृष्टिकर्ता ईश्वरले "एकोहं बहु स्याम" "एक्लै छु, धेरै हुन्छु" भनी यो सृष्टि रच्नुभयो भनी वैदिक शास्त्रमा उलिलखित छ । यो परिकल्पना वा दृष्टि यथार्थको नजिक छ भन्ने तर्क गर्न सकिन्छ । विश्व सृष्टि अनन्तकालदेखि भएको र अनन्त कालासम्म रहनेछ । आजको मानवको १०/१५ हजार वर्षको इतिहास र सय वर्षको आयु यो अनन्तकालमा नगण्य छ । यसको अनन्तता र अपारता पार पाई नसक्नु छ ।

यस सृष्टिमा मानव भावनाप्रधान भएको र बुद्धि विवेकको विकासले गर्दा मात्र उच्चतम प्राणी हुन पुगेको होइन, उसको देह विज्ञानको वैशिष्टयले नै ऊ सर्वोच्च प्राणी हुन पुगेको हो । मानव स्वत: कर्तव्याकर्थथको ज्ञान राख्त छ । शैक्षिक र संस्कारिक ज्ञानको धनी मानव मत्र हुन सकेको छ । आर्थिक सामाजिक र राजनीतिक परिवशेको विकास गर्दै मानवले ज्ञान विज्ञानका गहन तम शास्त्रहरूको निर्माण गर्न सकेको छ । आवश्यकता आविष्कारको जननी हो भनिन्छ । भौतिक उन्नतिका साथै आत्मिक उन्नति पनि आवश्यकताले नै घचेट्दा मानिसले आफ्नो विशेषता पत्ता लगाएको र उपभोग गरेको हो भन्नु निराधार मानिने छैन ।

भौतिक उन्नतिले मात्र मानव आतमा सन्तुष्ट रहेको पाइदैन । मानव मात्रको स्वभाव नै यस्तो छ कि उसको प्रत्येक चेष्टा आनन्द प्राप्त गर्ने तर्फ हुन्छ तर चिरानन्द भेट्टाउन सक्तैन । अत: असन्तोष र अभावमै उसको जीवन वित्तछ । आत्म विकास गरेर जसले आत्मिक आनन्दको अनुभूति गरेको हुन्छ उसको असन्तोष र अभाव मेटिएको हुन्छ । उ ज्ञानी हुन्छ । उसले यस संसारदेखि भिन्न वस्तु भेटेको हुन्छ । अत: उ सन्तोष र आनन्दको भोग गर्दै मर्दछ । उ विदेह मुक्त हुन्छ । भौतिक ज्ञान र आध्यात्मिक ज्ञानमा यही विभेद छ ।

कठोपनिष्द्को मन्त्र भन्दछ:-

एको वशी सर्वभूतान्तरात्मा

एकं रूपं बहुधा यः करोति ।

तमात्मस्थं ये Sनुपश्यन्ति धीरा-

स्तेषां सुखं शास्वतं नेतरेषम् ॥

एक अद्वितीय स्वतन्त्र परमात्मा समस्त प्राणीहरूको भित्र आत्मा रूपले वर्तमान छ र एउटै रूपलाई अनेक रूपको बनाउँदछ, आफ्नो अन्तस्करणमा स्थित त्यसलाई जुन धीर पुरूषले देख्तछ, उसैलाई नित्य सुख प्राप्त हुन्छ अरूलाई हुँदैन ।

बृद्धि र वृत्ति विकासको अपार क्षमता मानव देहको विशेषता हो । अन्नमय र प्राणमय कोषबाट मनोमय कोष अनि विज्ञानमय कोष अनि आनन्दमय कोषको विकास मानव देहमा मत्र सम्भव भएकोले मानव पशुत्वबाट मानवत्व र मानवत्वबाट देवत्व ग्रहण गर्ने शक्ति राख्तछ ।

त्यस्तै मानव आत्माले नै तमोगुण र रजोगुणलाई दबाएर सत्वगुण प्रधान गर्नसक्ने सामर्थ्य राख्तछ । सत्वगुणको विकासबाटै मानव आत्मामा चैतन्याभूति हुन्छ र उसले देहविज्ञानको आरोहण क्रम पक्डन सक्तछ । शक्ति संचार भएपछि चकारोहण अथवा षटचक्रभेदन गर्ने सामर्थ्य आउँदछ । जीवले भ्रूमध्य स्थानसम्म भेद गरेपछि सहस्रार सम्मको अति दुष्कर नौ स्तरहरूको भेद गर्ने पनि उसलाई मार्ग खुल्दछ । सहस्रार भेद गरेपछि नै जीवको ईश्वरसँग मिलन हुन्छ र जीव इश्वर बन्दछ भनी शास्त्रहरू किटेर बताउँदछन् ।

तत्वशुद्धिपछि चक्रहरूको भेदन्मा अलौकिक आनन्दको झलक मिल्दछ । भ्रूमध्यमा विन्दु स्थिर भएपछि हुने आनन्द दैवी आनन्द हो, सहस्रार भेदनपछि नित्य संचार हुने आनन्द नै परमानन्दको अनुभूति हो । यस्तो चिती अनुभव महामानवहरूको स्वतन्त्र अनुभूति हो । चिती अनुभवबाट नै नित्य नादानुश्रवण, तेज दर्शन र चिरानन्दानुभूति हुन्छ । जसले यस्तो स्थिति प्राप्त गर्दछ त्यसलाई संशय रहदैन, त्यसलाई भयले छुँदैन, अन्धकारले पिर्दैन । उ गम्भीर हुन्छ, उ

लाटो हुन्छ, उ मग्न हुन्छ । अनिर्वचनीय, अचिन्त्य र अपार स्थितिको लाभ गर्ने त्यो अवाक् भइरहन्छ ।

कठोपनिष्द्मा अर्को मन्त्र छ :

श्रवणयापि बहुभिर्यो न लभ्य;

श्रृण्वतोSपि वहवो यं न विद्यु:

आश्चर्यो बक्ता कुशलोSस्य लब्धा

श्चर्यो ज्ञाता कुशलानुशिष्ट: ।

आत्मातत्व धेरैले सुन्न पनि पाउँदैनन्, सुन्न पाए पनि धेरैले बुझ्दैनन् । यस्तो गुढ तत्व बताउने मानिस आश्चर्यलाग्दो हुन्छ, यस्तो बक्तालाई पत्ता लगाउने कुशल व्यक्ति पनि विरलै हुन्छ, आत्मतत्व जान्ने मानव पनि आश्चर्यमय नै हुन्छ ।

हिन्दू धर्ममा योगको महत्त्व

जीवात्माको परमात्मासँगको मिलन, शक्तिको शिवसगको मिलन, विन्दुको महाविन्दुसँगको मिलनलाई नै अध्यात्मिक भाषामा योग भनिन्छ । जीवब्रह्मैक्य ज्ञान गर्ने उपाय योग हो । त्यसैले श्रीमद्‌भगवद्‌गीताको प्रत्येक अध्यायको अन्त्यमा "श्रीमद्‌भगवद्‌गीतासूउपनिषत्सु ब्रह्यविद्यायां योगशास्त्रे भनी योगको महत्त्वलाई दर्शाइएको छ । विश्वमा भेट्टाइएसम्म उपनिषद्‌हरू नै धर्म विज्ञानका सर्व श्रेष्ठ ग्रन्थ हुन् । भगवान श्री कृष्णचन्द्रले अर्जुनलाई माध्यम बनाई विश्वलाई उपनिष्द्‌को सार बनाउनु भएको हो र महर्षि वेदव्यासले त्यसैलाई लिपिवद्ध गर्नु भएको हो - श्रीमद्‌भगवद्‌गीता ।

तत्स्वयं योगससिद्धः कालेनात्मनि विन्दनि ।' गीता ४, ३८

त्यो ज्ञान योग-सिद्ध गर्नेलाई यथा समय आफू भित्र नै स्वयं प्राप्त हुन्छ ।

सत्व, रज, तम रूपी गुण विज्ञान र प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय र आनन्दमय कोषको शुक्ष्म अनुभूति भएपछि मात्र योग साधनामा प्रवेश हुन सक्तछ ।

'आत्मा वा अरे द्रष्टव्यः श्रोतव्यो मंतव्यो निदिध्यासितव्यो

मैत्रेयात्मनि खल्वरे द्रष्टे श्रुते मते विज्ञान इदं सर्वं विदितम्'

बृह.। ४,५,६

आत्म दर्शन पछि मात्र ब्रह्मको वास्तविक जिज्ञासा उत्पन्न हुन्छ । अनि मात्र श्रवण, मनन र निदिध्यासनले दीक्षित आत्म तत्वलाई पुष्ट गर्दै मानव आत्म-परायण हुन्छ ।

प्राणिमात्र एक अदृश्य शक्तिले संचालित छ । त्यो शक्ति कुण्डलिनी शक्ति हो । मानवले मात्र त्यो शक्तिलाई योग साधना गरी अनुभूत गर्न र चक्रारोहण

गराउन सक्तछ । यसका निम्ति प्रथमतः गुरु कृपा या भगवत् कृपाको जरुरत पर्दछ । सत्व शुद्धि भएपछि मात्र उक्त कृपा हुन सक्तछ । कुण्डलिनी जागरण भएपछि चक्रारोहणको क्रम चल्दछ । चक्रारोहणबाट आज्ञा चक्रको उपलब्धिमा ज्योति दर्शन पूर्ण हुन्छ । यही ज्योति दर्शन पछि श्रवण, मनन, निदिध्यासनको कार्य प्रारम्भ हुन्छ । अनि मात्र गुरुबाट प्राप्त ब्रह्म वाक्यको भेद खुल्दै जान्छ । अयं आत्मा ब्रह्म, तत्वमसि, यही आत्मा (जसलाई आफूले भृकुटीमा दर्शन गरेको छ) ब्रह्म हो, त्यही तिमी हौं ।

यसरी योगको महत्व हिन्दू वा वैदिक धर्ममा मात्र होइन सवै धर्ममा, सबै मानवका निमित अतिनै महत्वको विषय छ । वैदिक शास्त्र र त्यसै भित्रको तन्त्र शास्त्रहरूको कुण्डलिनी योगका विषयमा र ज्ञान भक्ति र कर्मको समन्वयबाट त्यसको उपलब्धिको साधना विषय बारेमा जुन सर्वाङ्गपूर्ण साहित्य प्राप्त हुन्छ अरू धर्मका साहित्यहरूमा त्यति प्राप्य छैन । यस विषयमा सर्वाङ्गपूर्ण ज्ञान गर्न सबै जिज्ञासुहरूले वैदिक शास्त्रहरूको नै अध्ययन गर्नु पर्दछ । यसरी योगको महत्व आपार छ, साधारण मानवका निमित अचिन्तनीय छ । अस्तु:

मानव-उत्कर्षमा निगम र अगम्मको भूमिका

वदेलाई निगम र तन्त्रालाई आगम भनिन्छ । निगम जसरी शब्दात्मक ज्ञान मानिन्छ आगम पनि शब्दात्मक ज्ञान नै हो । यो शब्दात्मक ज्ञान अतोन्द्रियग्राहय सूक्ष्म ज्ञानविशेष भएकोले अपौरुपोय मानिन्छ । साधनासम्पन्न महार्षिहरू यो ज्ञान प्राप्त गर्दथे र स्मृतिपटलमा सुरक्षित राख्दथे । यसरी तुरीयावस्था हासिल गरेका आत्मदर्शी ऋषिहरू मन्त्रदर्शी कहलिन्थे । यसैले निगमलाई मात्र होइन आगमलाई पनि निजसत्ताप्राप्तिको अभिन्न उपायका रूपमा मानिएको छ । निगमका साथै आगमको प्रभाव आर्य संस्कृतिमा यसरी घुममिल भएकोछ, ती दुईलाई व्यवहारमा छुट्याउन सकिदैन । श्रीमदगवद्गीता निगमको सार भए जस्तै दुर्गासप्तशती आगमको सार हो भन्न सकिन्छ ।

विश्वमा अलौकिक नादको निरन्तर प्रसार भइरहेको छ । जो तपस्वी छ , जसको देह अति निर्मल भएको छ त्यसले त्यो नाद सुन्दछ । त्यही नादबाट वागात्मक रूपमा आगम-निगम निसृत भएका हुन् भन्ने मान्यता छ । यसैले वास्तविक शास्त्र यही नै हो । किनकि यो नै परब्रह्मको परावाक् हो ।

आत्म-अनुसन्धानको विवेचनालाई नै दर्शन भन्दछन् । भारतीय आगम र निगम नै भारतीय दर्शनको उद्गम केन्द्र हो । वेद र तन्त्र संसारका अति प्राचीन ग्रन्थ मात्र होइन, मानवमात्रले परम उत्कर्ष प्राप्त गर्ने उपायरूप वैज्ञानिक ग्रन्थ पनि हुन् । यिनैबाट साधना-विज्ञान प्रादुर्भूत भएका हुन् । उपनिषद् र तन्त्रमा आत्मा र परमात्माको मनोभूति वा अनुभूति गर्ने विषयमा अनेक प्रकारले रोचक विवेचना र वैज्ञानिक व्याख्या गरिएको छ । त्यसैले उपनिषद्लाई उपनिषद्विज्ञान र तन्त्रलाई तन्त्रविज्ञान भनी उल्लेख गरिएको हो ।

चारै वेद र ब्राम्हणमा रहेको अध्यात्मज्ञानको अंशलाई उपनिषद् भनिन्छ । त्यस्तै भगावन् शंकरबाट उद्बोधन गरिएको, भगवती उमाले श्रवण गरेको र भगवान् विष्णुले अनुमोदन गरेको शास्त्रलाई आगम अथवा तन्त्र मानिएको छ ।

ऋषि याज्ञवक्य आदि वैदिक शास्त्रका प्रचारक हुन् भने ऋषि अगस्त्य, वशिष्ट र दुर्वासा आगम शास्त्रका प्रकाशक कहलाइन्छन् । यी ऋषिहरू हिन्दू धर्मका प्रकाण्ड मर्मज्ञ हुन् ।

ब्रम्हसूत्र, शिवसूत्र र शाक्तसूंत्र हिन्दूमात्रका परमपूज्य शास्त्र हुन् ।

ऋीष अगस्त्य र उनकी धर्मपत्नी विदर्भराजकन्या लोपामुद्रा दुवै वैदिक ऋषि हुन् । दत्तात्रेय पनि ठूला तपस्वी तथा योगी हुन् । यी सबै तन्त्रविद्याका उपासक थिए ।

श्री शंकराचार्य एकातिर वैदिक अद्वैतवादका अर्वाचीन पुनरुद्धारक मानिन्छन् भने अर्कोतर्फ तान्त्रिक उपासनाका प्रचारक र उपदेष्टा पनि देखिन्छन् । उनका रचनाहरूको मर्मज्ञानबाट उनको दुवैतर्फ उत्तिकै प्रसिद्धि पाइन्छ । श्री शंकरको तान्त्रिक रचनावलीमा प्रपञ्चसार प्रधान छ । यसरी हिनदू धर्ममा निगमिक र आगमिक वा वैदिक र तान्त्रिक परम्परालाई अलग देख्न सकिंदैन ।

द्विजहरूमा उपनयनसंस्कार र गायत्री मन्त्र-ग्रहण वैदिक क्रिया हो भने त्यसपछि अनिवार्यत: लिइने दीक्षा तान्त्रिक मन्त्र हो । दीक्षा द्विज-इतर जातिले पनि ग्रहण गर्नसक्ने परम्परा भएकोले आजको सन्दर्भमा तान्त्रिक साधनाको महत्त्व अझ अरू बढ्न गएको छ । यति मात्र होइन, आध्यात्मिक साधनाको गूढ रहस्यको वैज्ञानिक उद्घाटन वैदिक विचारधाराले भन्दा तान्त्रिक विचारधाराले बढी गर्दछ । मानव-उत्कर्षको आरोहणक्रममा तान्त्रिक साधनापद्धति बढी वैज्ञानिक हुनुका साथै चरमस्थितिको व्याख्या पनि बढी पूर्ण र स्पष्ट देखिन्छ ।

परमात्मा आफ्नो अंश जीवलाई आफ्नो सत्ताबाट विभक्त गरेर माया-गर्भमा सञ्चालित गर्दछन् । यो नै उनको निग्रह हो । यो परमात्माको ईश्वर-भूमिको अभिनय हो । वस्तुत: परमात्मा स्वयं नै अंशात्मक अणु बनेर आफूभन्दा अलग जस्तो भएर मायामा पर्दछन्, अर्थात् सदा जाग्रत पुरूष तिरोधान-शक्तिको प्रयोगबाट निद्रित हुन्छन् । यही जीव अवस्था हो । यस जीव अवस्थाबाट जाग्नु र ऊर्ध्वगतिको बाटो क्रमसँग पक्रेर आफ्नो सत्ता पूर्णरूपले साक्षात्कार गर्नु नै जीवरूपी मानवको परम उत्कर्ष हो । यसरी अपूर्ण अहंले पूर्णत्व प्राप्त गर्नु आवश्यक छ । मानव आत्मा तबसम्म निदाएरै रहन्छ जबसम्म उसले कुनै उपायले आफुमा रहेको कुण्डलिनी शक्तिलाई जगाउन सक्दैन ।

यो कठिन कार्य हो । तर भावनाविज्ञानको रहस्यमय क्लासधानाबाट कुण्डलिनी जाग्रत हुन्छिन् । साधनाविज्ञानका साथै भावनाविज्ञानको निर्मल पथ जसले पक्रन सक्तछ त्यस देहमा गुरुरूपी भगवान्को कृपाबाट कुण्डलिनी-जागरण हुन्छ । शक्ति जागरण वा प्रकट भएपछि चैतन्यानुभूति हुन्छ र साथै नाद श्रवण पनि हुन्छ । अनि मात्र जडत्वको नाश हुँदै जान्छ र चैतन्य नै आफ्नो स्वरूप हो भन्ने कुरा प्रष्टिदै जान्छ ।

मानव देह प्राप्त गरेपछि नै कर्ममा अधिकरा हुन्छ । किनकि मनोमय कोषको यथार्थ विकास मानव देहमा मात्र सम्भव हुन्छ । सत्-असत्को विचार, पाप-पुण्यको बोध, कर्तव्याकर्तव्यको निश्चय, विवेक-ज्ञानको आभास र कर्तृत्वाभिमान आदि मानव-शरीरको विशेष धर्म हो । मनुष्यले मात्र आफूमा कर्ता-बोध अनुभव गर्दछ । त्यसकारण प्रकृतिले कतिपय कुरा मानवलाई उसको विवेकमा छाडिदिएको छ । मनोमय कोषको व्यापारले नै मानव संसार सन्तुलित रूप लिएर चलिरहेको छ । इन्द्रियहरूबाट सचेतरूपमा कार्य गर्नु र त्यसको फल भोग गर्नु मनुष्यमात्रको विशेषता हो ।

मानवकर्ता बनेकोले प्रकृतिको स्वाभाविक र सरल सृष्टिबाट मानव अलग्गिन्छ र आफैं आफ्नो जाल बनाउँदछ । जस्तो जस्तो प्रयास गर्दछ त्यस्तै त्यस्तै पाउँदछ र वासनानुसार भोग गर्दै जान्छ ।

यसरी अनेकौं जन्म र अनेकौं ठोकर खाएपछि मानवमा विवेक-ज्ञानको उदय हुन्छ र उ सत्पथमा लाग्दछ । सत्पथमा जो अनन्य रूपमा लाग्दछ त्यसमा सत्वशुद्धि हुन्छ र त्यस्तालाई भगवत्कृपा हुन्छ । अनि उसलाई आफूभित्र विज्ञानमय कोषको अनुभूति हुन्छ । तदनन्तर अन्तरजगतमा चेतन तत्वको मनोभूति, नादश्रवण, ज्योतिदर्शन, विन्दुको क्रमिक चक्रारोहण, आनन्दमय कोषको विकास र आज्ञाचक्रमा त्रिनेत्रको मनोभूति गरेर आफुमा दिव्यता प्राप्त गर्दछ । यसरी मानव-आत्माको देहसत्तामा अभिमान र अहंभाव विगलित भएपछि ज्ञानशक्ति र क्रियाशक्ति एकाकार भएमा मानव देह पशु जीवनबाट दिव्य देहमा परिणत हुन्छ । यसैलाई ज्ञान र योगको उन्मेष अवस्था भनिन्छ । यो पूर्णावस्था होइन । यो त पूर्णतातर्फ उक्लने अधिकारावस्था हो । यस भूमिमा पुगेपछि मात्र भगवान्मा पूर्ण आस्था जम्छ र सच्चा साधना शुरू हुन्छ ।

अत: संसारमा जो गुरु हुन चाहन्छ त्यसले उपरोक्त भूमि पार गरेको छैन भने त्यो सामान्य गुरु पनि हुन सक्तैन । गुरु त्यहीं हुनसक्तछ जसले उल्लिखित भूमि पार गरेर तपश्चर्याको दिव्य अधिकार पाएपछि शनै: शनै आरोहण गर्दै पूर्णता प्राप्त गरेको होस् ।

निगम र आगम, वेद र तन्त्रले प्रतिपादन गरेको उल्लिखित मार्ग नै सबभन्दा बढी वैज्ञानिक मार्ग हो । किनकि देहविज्ञानको सूक्ष्म उपलब्धि र भावनाविज्ञानको सूक्ष्म आश्रय नलिई मानव आत्माको उत्कर्ष सम्भव छैन । जीवात्माको परमात्मासँगको योगबाट मात्र पूर्णता हासिल हुनसक्तछ । अत: योगी नै ज्ञानी हेा र ज्ञानी पनि योगी नभई ज्ञान हुन सक्तैन । जसले कला साधन गरेर उच्च भूमि प्राप्त गरेको छ त्यही नै ज्ञानी, योगी र भक्त हो र मानवमात्रको परम उत्कर्ष पनि त्यही नै हो ।

(प्रथम विश्व हिन्दू सम्मेलनको उपलक्षमा २०४० साल कार्तिक २३ मा प्रचारित 'स्मारिका' मा प्रकाशित)

आत्मासाधनामा कुण्डलिनी-विज्ञान

शारीरिक र आर्थिक उन्नतिले मात्र मानव सन्तुष्ट रहेको पाइँदैन । उसलाई आत्मिक उत्कर्ष पनि चाहिन्छ । आनन्द-प्राप्तिको बुभुक्षामा मानिस सतत चेष्टाशील रहन्छ । रङ्कदेखि राजासम्म, भिखारीदेखि महात्मासम्म आनन्दको नै तीव्र खोजीमा रहेका हुन्छन् । तर यो आनन्द संसारतर्फ खोजेर होइन, आफुभित्र खोजेमा पाइन्छ भनी अध्यात्म-शास्त्रहरू कराइरहेका छन् । मानवले खोजेको परम-आनन्द वा परम-शान्ति आफूभित्र छ र आफ्नो देहको विज्ञानलाई उदवुद्ध गर्न सके त्यो प्राप्त हुन्छ भनी उपनिषद् र तन्त्रशास्त्रका कैयौ मन्त्रहरू बोलिरहेको छन् ।

श्वेताश्रतरोपनिषद्मा भनिएको छ -

श्रङगुष्ठमात्रो रवितुल्यरूप: सङ्कल्पाहंकारसमन्वितो य: ।

बुद्धेर्गुणेनात्मगुणेन चैव आराग्रमात्रो ह्यपरोऽपि दृष्ट: ॥ ५।८

यस मन्त्रबाट जीवात्माको स्वरूपलाई अङगुष्ठ प्रमाणको र सङ्कल्प-विकल्पयुक्त भनेर अनि वुद्धिको गुण र कर्महरूको गुणले गर्दा पछि रुवाको अग्रभाग जस्तो र सूर्यसमान तेजस्वी भएको जीवात्मालाई ज्ञानीहरूले देख्छन् भन्ने अर्थ आउँछ ।

यसरी अङगुष्ठप्रमाणको जीवात्मा वुद्धि र कर्महरूको उत्कर्षबाट रुवाको अग्रभागतुल्य हुन गएको सूर्यसमान तेजस्वी आत्मालाई ज्ञानीहरू आफ्नो तेस्रो नेत्रले देख्तछन् । यो स्थिति कुण्डलिनी-जागरणबाट आज्ञाचक्रमा स्थिति हुन गएको चिदात्माको रूप मात्र नभई आज्ञाचक्रबाट पनि उत्कर्ष गर्दै विभिन्न भूमिका पार गरेपछि अन्तिम भूमिका अर्थात् सहस्रारमा अनुभूत हुने अवस्थको चिद्अणुको स्वरुपलाई रुवाको अग्रभाग भनी बताइएको हो ।

अथर्वशिरोपनिष्द्मा यस्तै अर्को मन्त्र छ -

बालाग्रमात्रं हृदयस्य मध्ये विश्वं देवं जातरूपं वरेण्यम् । तमात्मस्थं येनुपश्यन्ति धीरास्तेषां शान्तिर्भवति नेतरेषाम् ॥

रौको टुप्पोजस्तो, सुक्ष्मरूपमा हृदयमा रहने विश्वरूप, देव–रूप, सुन्दर र श्रेष्ठ परमात्मालाई जुन ज्ञानीले आफूभित्र देख्तछन्, तिनैले शान्ति प्राप्त गर्दछन्, अरूले पाउँदैनन् ।

यस मन्त्रले पनि ज्ञानीले मात्र आफूभित्र रौंको टुप्पोसमान, सूक्ष्म, शिवस्वरूप, देवरूप, सुन्दर र श्रेष्ठ आत्मालाई आफ्नो तेस्रो नेत्रले देख्तछन् र तिनले मात्र शान्ति प्राप्त गर्दछन्, अरूले पाउन सक्तैनन् भनेको छ ।

तन्त्रमा भनिएको छ -

मूलाधारस्थबह्नयात्मतेजोमध्ये व्यवस्थिता ।
जीवशक्तिः कुण्डलाख्या प्राणाकाराय तेजसी ॥
महाकुण्डलिनी प्रोक्ता परब्रह्मस्वरूपिणी ।
शब्दब्रह्मयी देवी एकानेकाक्षराकृतिः ।
शक्तिः कुण्डलिनी नाम विसतन्तुनिभा शुभा ॥

मूलधाधारमा अग्निरूप आत्मतेजले व्यवस्थित भएकी जीवशक्ति तथा प्राणस्वरूप तेजस्वी कुण्डल-आकारकी महाकुण्डलिनी भनिने परब्रह्मरूपिणी शब्द व्रह्ममयी एक र अनेक अक्षराराकृति भएकी शक्ति कुण्डलिनी नामकी कमलतन्तुजस्ती चम्किली देवी छन् ।

ती देवीलाई जगाउने विधिलाई शक्तिपात पनि भनिन्छ -

शक्तिपातसमायोगादृते तत्वनि तत्वतः ।
तद्व्याप्तिस्तद्विशुद्धिश्च ज्ञातुमेव न शक्यते ॥

- शिवपुराण वायवीय संहिता

शक्तिपात समायोगको अभावमा तत्त्वतः तत्त्वको ज्ञान, आत्माको व्यापकता र त्यसको शुद्ध-वुद्ध स्वरूपको ज्ञान कहिल्यै पनि सम्भव छैन ।

सन्त ज्ञानेश्वर ज्ञानेश्वरी टीकामा भन्नु हुन्छ- “शक्तिपात भएपनि हुन त त्यो जीव नै रहन्छ, तर ईश्वरतूल्य हुन्छ ।”

कुण्डलिनी जागरण भएपछि मात्र मानवको आत्मिक ,क्षेत्रमा क्रान्किारी परिवर्तन हुन्छ । आफूभित्र चिदात्माको प्रकाशले गर्दा उसमा अहंभाव विगलित हुँदैजान्छ र ज्ञान, भक्ति र योगको विकास हुँदैजान्छ ।

भनिएको छ -

शक्तिपातेन संयुक्ता विद्याय वेदान्तवाद्यजा ।

यदा यस्य तदा तस्य विमुक्तिनत्रि संशय: ॥

शक्तिपातबाट युक्त साधक जब वेदान्तवाक्यरूपी विद्या प्राप्त गर्दछ, त्यसैवेला उसलाई मुक्ति प्राप्त हुन्छ, यसमा केही संशय छैन ।

शास्त्रहरूबाट के ज्ञात हुन्छ भने पूर्वजन्ममा अर्जित संस्कारको तारतम्य अनुसार कसैलाई योगसाधना, कसैलाई भक्तिसाधना र कसैलाई श्रवण-मनन आदिबाट कुण्डलिनीको जागरण हुन्छ । तर यसमा भगवत्कृपा नै मुख्य मानिएको छ । भगवान् नै मुख्य गुरु हुन् । साधनासम्पन्न भगवान्‌रूप गुरुबाट पनि शक्तिपात भएको र त्यसपछि अविच्छिन्न साधना गरी ज्ञान, भक्ति वा योगको चरम स्थितमिा पुगेको कुरा धर्मग्रन्थहरूमा यत्रतत्र पढ्न पाइन्छ । तर परोक्ष वा अपरोक्ष रूपमा कुण्डलिनी जागरण नभई ज्ञान प्राप्त हुन सक्तैन भन्ने कुरा शास्त्रहरूबाट प्रमाणित छ । यो गुह्य विषय वैदिकशास्त्रमा भन्दा तन्त्रशास्त्रहरूमा बढी स्पष्ट रूपमा उल्लेख भएको पाइन्छ । त्यसैले तन्त्रलाई उपनिषद्‌को उपासनाशास्त्र पनि भनिन्छ ।

मानव-देहको मूलाधारमा शक्ति रहन्छ र त्यस शक्तिलाई उद्‌बोधन गरी चक्रारोहण गर्दै आज्ञाचक्रमा स्थिर गर्न सकिन्छ । पुन: उग्रतम साधनाले आज्ञाचक्रबाट शक्तिको उद्‌वोधन गरी सहस्रारमा स्थिर गर्न सकिन्छ । यस्तो वैज्ञानिक तथ्य जसले अनुभूति गेरको छ, त्यसले मानव-उत्कर्षको चरम स्थितिको पत्तो पाएको हुन्छ । तर यो भौतिक प्रयोगशालामा परक्षिण गर्न सकिने विज्ञान होइन । यो त सत्त्व र चित्तशुद्धिबाट मलनिवृत्त भएपछि भक्ति उद्‌बोधन गरी साधनामा तीब्ररूपमा आरूढ भई अन्तरात्माले अनुभूत गर्ने विषय हो । अत: जो

साधनामा रत छैन अथवा जसले आफ्ना वृत्तिहरूलाई अन्तर्मुख गर्न सकेको छैन, त्यसका निम्ति यो कल्पनाकै विषय बन्नजान्छ ।

मानव-वृत्तिहरू विक्षिप्त अवस्थामा हुन्छन् । तिनलाई चारैतिरबाट समेटेर एकाग्र भूमिमा स्थित गराउन सक्नु पर्छ । एकाग्रता जति गाढा हुन्छ, देहशुद्धि र चित्तशुद्धि उति विकसित हुन्छ । देहको मलशुद्धिको परिणाम नै कुण्डलिनी-जागरणको कारण हुन्छ । अनि चित्शक्तिको साथै शब्दचैतन्यको अनुभूति हुन्छ । जबसम्म यो भूमि प्राप्त हुँदैन जीव जडभावबाट मुक्त हुन सक्तैन अर्थात् जीव मायाको घोर निद्राभित्रै रहन्छ । कुण्डलिनी जागेपछि मात्र मायाको निद्रा टुट्छ । क्रमविकास भएर तेजोमय निजसत्ता स्पष्ट हुँदै जान्छ र भावपरिवर्तन हुन्छ । जस्तो भावना हुन्छ, मानव त्यस्तै हुन्छ । शक्तिको विकास शिव-मिलनमा पूर्ण हुन्छ र ब्रह्मभावको आविर्भाव हुन्छ भनी शास्त्रहरू किटेर भन्दछन् । यस्तै मानवलाई सन्त, साधु वा गुरु भनिन्छ । आफूभित्र चैतन्यानुभूति गर्ने यस्तो मानवले विश्व नै चैतन्ययुक्त रहेछ भन्ने धारणा बनाउँछ । यसरी "सर्वं खल्विदं ब्रह्म" को बोध हुन्छ ।

श्वेताश्वरोपनिषद्को अर्को मन्त्र छ -

अग्निर्यत्राभिमथ्यते वायुर्यत्राधिरूध्यते ।

सोमो यत्रातिरिच्येते तत्र संजायते मन: ॥ २।६

जहाँ अग्नि मन्थन हुन्छ, जहाँ प्राणलाई विधिवत् मन्थन गरिन्छ, त्यहाँ सोमरस प्रकट हुन्छ, त्यस भूमिममा मन नितान्त पवित्र हुन्छ ।

अग्नि नै कुण्डलिनी शक्ति हो, प्राण अग्निको अर्को रूप हो । यिनीहरूको मन्थनको गूढ रहस्य यिनीहरूको उद्बोधन र क्रमिक विकास गराउनु हो । आज्ञाचक्रबाट पनि ऊर्ध्वगमन हुन थालेपछि सोमरसको पान हुनथाल्दछ र त्यसपछि मन निर्मल, निश्चल र स्थिर हुन्छ । त्यो स्थितिलाई नै ब्रह्मज्ञानको स्थिति भनिन्छ ।

"परमं साम्यं" को बाटो

मायातीत चिन्मय सत्ताको अनुभव गर्नु नै मोहनिद्राबाट जागेर चिन्मय दिव्य जगत्मा प्रवेश गर्नु हो । ऊर्ध्वमुखी क्रम-विकासको बाटो जसले पक्रन सक्तछ त्यसै जीवात्माले परमात्मासम्म पुग्न सक्तछ । शक्तिको शिवसँगको मिलनक्रम पनि यही हो । यस्तै चिन्मय अनुभवले मात्र मानवले शास्वत आनन्दको अनुभव गर्दछ र परं शान्ति प्राप्त गर्दछ ।

मनुष्यले आफुमा चिन्मयता अनुभव गर्न आफ्नो देहको रूपान्तर गर्न सक्नु पर्छ । यो रूपान्तर अत्यन्त गुप्त रहस्य हो र सम्भव क्रिया हो । सर्वप्रथम त भावना र विचारको विकास हुनुपर्छ । विचारमा शुद्धि भावना विकासबाट हुन्छ । आफ्नो रुचिअनुसार भक्ति, कर्म, ज्ञानको जुन बाटोको प्रधानता अपनाए पनि भावना र विचार शुद्धि नभई दिव्यता प्रापत हुन सक्तैन । नाम जप, निष्काम कर्मयोग वा श्रवण, मनन, निदिध्यासन आदि भाव शुद्धिको नै मार्ग हो । भाव शुद्धिबाट तत्त्व शुद्धि हुन्छ र तत्त्व शुद्धिपछि जागरणको क्रम शुरू हुन्छ । यस रहस्यमय गुप्त जागरणले मानवलाई पशुत्वबाट मुक्त गरेर देवत्वमा पुऱ्याउँदछ ।

श्री शंकाराचार्य भन्नुहुन्छ -

श्रद्धाभक्तिध्यानयोगान्मुमुक्षो -

मुर्क्तेर्हेतून्वक्ति साक्षाच्छ्रुतेर्गी: ॥

यो वा एतेष्वेव तिष्ठत्यमुष्य

मोक्षोऽविद्याकल्पिताद्देहबन्धात् ॥ विवेक - चूडामणि ॥४८॥

श्रद्धा, भक्ति, ध्यान र योगलाई नै श्रुति वाणीले मुमुक्षुको मुक्तिको साक्षात् हेतु बताउँदछन् । जो यिनीहरूमा स्थित हुन्छन् तिनीहरू अविद्याकल्पित देह-बन्धनबाट मोक्ष हुन्छन् ।

आत्मजागराणको दुई उपाय छ । एक अति उच्च सधान सम्पन्न गुरुबाट शक्ति-पात हुनु, अर्को तीव्रातितीव्र स्वप्रयत्न हुनु । श्री रामलाई ऋषि वशिष्ठले

शक्तिपात गरी आत्म जागरण गराएका थिए । त्यसै कार्यलाई लिएर राजा दशरथको राजसभामा महर्षि विश्वामित्रले महर्षि वशिष्ठलाई भन्दछन् -

हे बशिष्ठ महाभाग ब्रह्मपुत्र महानसि ।

गुरूत्वं शक्तिपातेन यत्क्षणादेव दर्शितम् ॥

आत्मजागरणले गर्दा नै राजा राम मर्यादापुरुषोत्तम भगवान् हुन पुगे । शास्त्रले राजा रामलाई खण्ड अवतार मान्यो र आज हामी सीतारामको नाम जप गर्दछौं र उनमा भएको गुण आफूमा उतार्न कोशिश गर्दछौं ।

भगवान् कृष्णलाई पूर्णावतार मान्दछौं किनकि उनले बाल्यकालदेखि नै अद्वितीय चमत्कारहरू देखाए । उपनयन संस्कारपछि उनले पनि गुरुकुलमा गएर ६४ विद्याको अध्ययन गरेका थिए ।

यो ध्रुव सत्य हो कि श्रवण मनन निदिध्यासनको मार्ग अवलम्बन गर्ने ज्ञानयोगी, नाम-जपमा लनी हुने भक्तियोगी र निष्काम कर्ममा समर्पित कर्मयोगी जसले पनि क्रियायोगको सहारा ली कुण्डलिनी जगाएर आत्मचैतन्यको भनुभव नगरेसम्म स्वरूपको ज्ञान पाउन सक्तैनन् ।

मनोलयं यदा याति भ्रूमध्ये योगिनां नृणाम् ।

जिन्हामूलेSमृतस्रावो भ्रूमध्ये चात्मदर्शनम् ।

जब भ्रूमध्यमा योगीको मनोलय हुन्छ तव जिन्हामूलमा अमृतस्राव हुन्छ र भ्रूमध्यमा आत्मदर्शन हुन्छ ।

भगवान् कृष्ण भन्नुहुन्छ :-

प्रयााणकाले मनसाचलेन

भक्त्या युक्तो योगबलेन चैव ।

भ्रूवोर्मध्ये प्राणमावेश्य सम्यक्

स तं परं पुरूषमुपैति दिव्यम् ॥

जो भक्तियुक्त पुरूष अन्तकालमा योगबलद्वारा भृकुटीको मध्यमा प्राणलाई राम्ररी स्थापना गरेर निश्चल मनले स्वयं प्रकाशित ज्योतिर्मय पुरूषलाई स्मरण गर्दछ त्यसले दिव्यरूप परम पुरूष परमात्मालाई नै प्राप्त गर्दछ ।

यो स्थिति प्राप्त गर्न भक्ति हुनुपर्‍यो, योगबल प्राप्त गर्नुपर्‍यो अनि प्राणलाई भ्रूमध्यमा स्थिर गर्न सक्नुपर्‍यो र मनलाई निश्चल गरेर ज्यौतिर्मय परमात्माको ध्यान गुर्नपर्‍यो । यो अवस्था प्राप्त गर्न आत्माको पूर्ण जागरण अवश्यम्भावी छ ।

प्रणायाम-परायण नभई र देहविज्ञानको सूक्ष्म अनुभव प्राप्त नगरी जीवात्माको जागरण हुन सक्तैन ।

त्रिशिखि ब्राह्मणोपनिषद्:-

योग-कालेन मरुत: साग्निना बोधिता सती

स्फुरिता हृदयाकाशे नागरूपा महज्ज्वला ॥ (६४)

योगाभ्यासद्वारा यो कुण्डलिनी शक्ति पवनबाट जागृत अग्नि जस्तै हृदयाकाशमा नागरूप जस्तै अत्यन्त उज्ज्वल रूपले स्फुरित हुन्छिन् ।

योगचूडामणि उपनिषद् :-

उद्घाटयेल्कवाटस्तु तथा कुंचिकया गृहम् ।

कुण्डलिन्या तथा मोक्षद्वारं प्रभेदयेत् ॥ (३९)

जसरी ढोका साँचोले खोलिन्छ त्यस्तै गरी साधकले कुण्डलिनी शक्तिद्वारा मोक्षको ढोकां खोलोस् ।

महोपनिषद् :-

तस्य मध्ये महानर्चिर्विश्वर्चिर्विश्वतोमुखम् ।

तस्य मध्ये बह्निशिखा अणीयोर्ध्वा व्यवस्थिता ॥ १(१३)

त्यस हृदयको मध्यमा नै एउटा ज्वाला प्रदीप्त छ । त्यही ज्वाला दीप-शिखा जस्तै सवैतिर प्रकाश फैलाएर विश्वलाई प्रकाशित गर्दछ ।

योगकुण्डलार्यन्युपनिषद् :-

कुण्डल्येव भवेच्छक्तिस्तां तु सञ्चालयेद्बुधः ।

स्वस्थानादाभ्रूवोर्मध्यं शक्तिचालनमुच्यते ॥ १।७

कुण्डलिनी नै मुख्य शक्ति हो, ज्ञानी साधकले त्यसलाई चालन गरेर दुवै आँखीभौंको बीचमा लैजान्छ, त्यसैलाई शक्तिचालन भनिन्छ ।

यसरी विभिन्न उपनिषद्हरूमा देहस्थिति शक्तिका विषयमा स्पष्ट उल्लेख भएको पाइन्छ । भक्ति, कर्म वा ज्ञानयोगको सार्थकता त्यसैमा निहित छ, जुन भक्ति, कर्म या ज्ञानले कुण्डलिनी शक्तिको जागरणमा सहायता दिन्छ । कुण्डलिनीको निद्रा भङ्ग नभईकन आत्मा र परमात्माको अनुभव र अनुभूति पाउन कसैलाई पनि सम्भव छैन । कुण्डलिनीको अर्को नाम हो आधार शक्ति । यो यस्तो शक्ति हो जो सबै पदार्थलाई आश्रय दिएर सबै पदार्थको मूल सत्ताका रूपमा विद्यमान छ । कुण्डलिनी शक्ति निराधार भएमा जगत्को सबै वस्तु नै निराधार हुन्छ । मानव देहमा मात्र यस शक्तिको पूर्ण विकास सम्भव छ । कुण्डलिनी सुप्त अवस्थाबाट जब जागदछ तब मानव देह चैतन्यमय हुन्छ । याने मानवले आफ्नो देह चैतन्यमय अनुभव गर्दछ 'सर्व खल्विदं ब्रहम' को अनुभूति तब मात्र मानवलाई हुन्छ । अन्यथा विचार-शक्तिले मात्र यस श्रुति-वाक्यको प्रत्यक्ष अनुभूति सम्भव छैन । कल्पनासम्म मात्र हुन सक्तछ । अतः वास्तविकता शक्तिलाई मूलाधारबाट जागृत गराएर भ्रूमध्यमा स्थापना गर्नु हो । त्यति मात्र होइन अज्ञानचक्रबाट पनि ऊर्ध्वगगन गर्नुपर्छ, यो अत्यन्त कठिन कार्य छ । उच्चकोटिका ओगी वा महात्माहरूलाई मात्र यो संभव छ ।

मनुष्याणां सहस्रेषु कश्चिद्यतति सिद्धये ।

यततामपि सिद्धानं कश्चिन्मां बेति तत्त्वतः ॥

मूलस्थिति परम साम्यावस्था स्वरूप हुनु हो ।उपनिषदले यस अवस्थालाई 'परम साम्य' भनेको छ । यो अवस्था नामरूपदेखि पर अवाङ्मनसगोचर छ । यो नै तत्त्व हो र तत्त्वातीत पनि हो, विश्वात्मक (Iminanent) भएर पनि विश्वातीत (transcendent) हो । यही पूर्ण (The absolute) पनि हो ।

विन्दुबाट महाविन्दु; शक्तिबाट शिव; मायाबाट ब्रहम, प्रकृतिबाट पुरुष भएर एकाकार हुनु नै परं लक्ष्य हो ।

जनु शक्ति-प्रवाह कुण्डलिनी जागृत भएर ज्योति रूपमा भाषित हुन्छ त्यो क्रमश: नादरूपमा पनि प्रकट हुन्छ । नादबाट त्यसले स्थूल प्राणवायु रूपमा पनि अनुभव गराउँदछ । मूलत: कुण्डलिनीबाट उदभुत प्राणशक्ति समग्र शरीरमा प्रत्येक कोशलाई जीवित राख्नुका साथै मानवलाई पनि जीवित राख्दछ । प्राण निस्केपछि मात्र मानवको मृत्य हुन्छ ।

साधारण अवस्थामा प्राण-चित्त-मन इतस्तत: वाह्य विषय-वासनामा भ्रमण गरिरहेको हुन्छ । प्राण-चित्त-मनलाई अन्तर्मुख गर्नु साधनाको बाटो हो । प्राणलाई प्राणायामको अभ्यासले, चित्त र मनलाई वैराग्य र निष्काम कर्मयोगले पवित्र गरेर सारा प्रवृत्तिलाई अन्त-र्मुख गर्न सकिन्छ ।

पूर्व संस्कार, भोग-विलासको वासना, अभिमान, कर्तृत्वबोध, फलको आकांक्षा इत्यादि बाट जीव बाँधिएको हुन्छ । तर जीव व्रह्मको अंश भएकोले उसभित्रको चैतन्यले परं आनन्द र परं शान्तिको खोजीमा नै यावत् क्रिया-कलाप संचालित गरिरहेको हुन्छ । बहिर्मुखबाट अन्तर्मुख हुन सकेपछि मात्र उसको ठीक मार्ग पैलिन्छ । वासना आदिको उच्छेद भएर सत्त्वगुण प्रधान नभएसम्म सुषुणा मार्ग खुल्दैन र शक्तिको जागरण पनि हुँदैन । सत्त्व शुद्ध भएपछि र जागरण प्रारम्भ भएपछि शक्ति जब भृकुटीमा पुग्दछ तब नै ज्ञानचक्षु अथवा तेस्रो नेत्र खुल्दछ । जीवको यो विशुद्ध अवस्था हो । यसपछिको उपासना नै वास्तविक उपासना हो । सहस्रारसम्म विन्दु वा शक्तिको आरोहण सम्पन्न भएपछि विन्दुको महाविन्दुसँग वा शक्तिको शिवसँग मेल हुन्छ । यहीं पुगेपछि मात्र त्रिगुणातीत साम्यावस्था प्राप्त हुन्छ । अस्तु ।

किरातेश्वर अङ्क २ मा प्रकाशित

योगकुण्डलार्यन्युपनिषद् :-

कुण्डल्येव भवेच्छक्तिस्तां तु सञ्चालयेद्बुध: ।

स्वस्थानादाभ्रूवोर्मध्यं शक्तिचालनमुच्यते ॥ १।७

कुण्डलिनी नै मुख्य शक्ति हो, ज्ञानी साधकले त्यसलाई चालन गरेर दुवै आँखीभौंको बीचमा लैजान्छ, त्यसैलाई शक्तिचालन भनिन्छ ।

यसरी विभिन्न उपनिषद्हरूमा देहस्थिति शक्तिका विषयमा स्पष्ट उल्लेख भएको पाइन्छ । भक्ति, कर्म वा ज्ञानयोगको सार्थकता त्यसैमा निहित छ, जुन भक्ति, कर्म या ज्ञानले कुण्डलिनी शक्तिको जागरणमा सहायता दिन्छ । कुण्डलिनीको निद्रा भङ्ग नभईकन आत्मा र परमात्माको अनुभव र अनुभूति पाउन कसैलाई पनि सम्भव छैन । कुण्डलिनीको अर्को नाम हो आधार शक्ति । यो यस्तो शक्ति हो जो सबै पदार्थलाई आश्रय दिएर सबै पदार्थको मूल सत्ताका रूपमा विद्यमान छ । कुण्डलिनी शक्ति निराधार भएमा जगत्को सबै वस्तु नै निराधार हुन्छ । मानव देहमा मात्र यस शक्तिको पूर्ण विकास सम्भव छ । कुण्डलिनी सुप्त अवस्थाबाट जब जागदछ तब मानव देह चैतन्यमय हुन्छ । याने मानवले आफ्नो देह चैतन्यमय अनुभव गर्दछ 'सर्व खल्विदं व्रहम' को अनुभूति तब मात्र मानवलाई हुन्छ । अन्यथा विचार-शक्तिले मात्र यस श्रुति-वाक्यको प्रत्यक्ष अनुभूति सम्भव छैन । कल्पनासम्म मात्र हुन सक्तछ । अत: वास्तविकता शक्तिलाई मूलाधारबाट जागृत गराएर भ्रूमध्यमा स्थापना गर्नु हो । त्यति मात्र होइन अज्ञानचक्रबाट पनि ऊर्ध्वगगन गर्नुपर्छ, यो अत्यन्त कठिन कार्य छ । उच्चकोटिका ओगी वा महात्माहरूलाई मात्र यो संभव छ ।

मनुष्याणां सहस्रेषु कश्चिद्यतति सिद्धये ।

यततामपि सिद्धानं कश्चिन्मां बेति तत्त्वत: ॥

मूलस्थिति परम साम्यावस्था स्वरूप हुनु हो ।उपनिषदले यस अवस्थालाई 'परम साम्य' भनेको छ । यो अवस्था नामरूपदेखि पर अवाङ्मनसगोचर छ । यो नै तत्त्व हो र तत्त्वातीत पनि हो, विश्वात्मक (Iminanent) भएर पनि विश्वातीत (transcendent) हो । यही पूर्ण (The absolute) पनि हो ।

विन्दुबाट महाविन्दु; शक्तिबाट शिव; मायाबाट ब्रहम, प्रकृतिबाट पुरुष भएर एकाकार हुनु नै परं लक्ष्य हो ।

जनु शक्ति-प्रवाह कुण्डलिनी जागृत भएर ज्योति रूपमा भाषित हुन्छ त्यो क्रमशः नादरूपमा पनि प्रकट हुन्छ । नादबाट त्यसले स्थूल प्राणवायु रूपमा पनि अनुभव गराउँदछ । मूलतः कुण्डलिनीबाट उदभुत प्राणशक्ति समग्र शरीरमा प्रत्येक कोशलाई जीवित राख्नुका साथै मानवलाई पनि जीवित राख्दछ । प्राण निस्केपछि मात्र मानवको मृत्य हुन्छ ।

साधारण अवस्थामा प्राण-चित्त-मन इतस्ततः वाह्य विषय-वासनामा भ्रमण गरिरहेको हुन्छ । प्राण-चित्त-मनलाई अन्तर्मुख गर्नु साधनाको बाटो हो । प्राणलाई प्राणायामको अभ्यासले, चित्त र मनलाई वैराग्य र निष्काम कर्मयोगले पवित्र गरेर सारा प्रवृत्तिलाई अन्त-र्मुख गर्न सकिन्छ ।

पूर्व संस्कार, भोग-विलासको वासना, अभिमान, कर्तृत्वबोध, फलको आकांक्षा इत्यादि बाट जीव बाँधिएको हुन्छ । तर जीव व्रह्मको अंश भएकोले उसभित्रको चैतन्यले परं आनन्द र परं शान्तिको खोजीमा नै यावत् क्रिया-कलाप संचालित गरिरहेको हुन्छ । बहिर्मुखबाट अन्तर्मुख हुन सकेपछि मात्र उसको ठीक मार्ग पैलिन्छ । वासना आदिको उच्छेद भएर सत्त्वगुण प्रधान नभएसम्म सुषुणा मार्ग खुल्दैन र शक्तिको जागरण पनि हुँदैन । सत्त्व शुद्ध भएपछि र जागरण प्रारम्भ भएपछि शक्ति जब भृकुटीमा पुग्दछ तब नै ज्ञानचक्षु अथवा तेस्रो नेत्र खुल्दछ । जीवको यो विशुद्ध अवस्था हो । यसपछिको उपासना नै वास्तविक उपासना हो । सहस्रारसम्म विन्दु वा शक्तिको आरोहण सम्पन्न भएपछि विन्दुको महाविन्दुसँग वा शक्तिको शिवसँग मेल हुन्छ । यहीं पुगेपछि मात्र त्रिगुणातीत साम्यावस्था प्राप्त हुन्छ । अस्तु ।

किरातेश्वर अङ्क २ मा प्रकाशित

मानव उत्कर्षको शाश्वत स्वरूप

मावन उत्कर्षको रहस्य अत्यन्त सूक्ष्म छ । श्वास प्रश्वास धारी मानव भावना विचार र तर्क शक्ति प्रधान पशुनै हो । कतिपय स्थितिमा पशु स्वभाव भिन्न र कतिपय स्थितिमा पशुतुल्य मानव स्वभाव रहे तापनि मानवले आफूलाई उन्नति गर्ने शक्ति राख्तछ । तमो गुणको अधिक्यमा पशु गुण प्रधान मानव स्वभाव हुन जान्छ भने सत्त्व गुण प्रधान भएमा मानव अति मानव हुन सक्तछ । रजोगुण बीचको अवस्था हो । गुण विज्ञानको रहस्य जान्नु नै पशुत्त्वबाट माथिल्लो अवस्था छ भन्ने कुराको बोध गर्नु हो । मानव सभ्यता र संस्कृतिको महत्त्व यही बोधमा आधारित छ । मानव अवस्थामा तल्लो मझौलो र उपल्लो अवस्था छ भन्ने अनुभूति भएर नै मानव मात्रले उपल्लो अवस्था प्राप्त गर्न प्रयत्नशील रहनु स्वभाविभक हुन आएको हो । मानव समाज आफ्नो उत्कर्ष चाहन्छ । तर जो गुणी छ, विचारवान् छ, चेतनशील छ, त्यसले ठीक बाटो पहिल्याउँदछ अरू संसारी रनभूल्लमा पर्दछन् ।

भौतिक सम्पन्न्ता र सधान मानव उत्कर्षका निम्ति बाधक तव मात्र हुन्छ, जब त्यसको समुचित उपयोग गर्न मानिस जान्दैन । चाहे व्यक्तिले चाहे समाजले सत्त्व गुण प्रधान हुने कला जानेमा भौतिक विपन्नता र साधन हीनता बरू ठूलो बाधकका रूपमा खडा हुन जान्छ । सभ्यता संस्कृतिको विकास सात्विक भावनाको प्रतिफल हो । मानव उत्कर्षको स्वरूप सत्त्व गुणको प्रधानता नै हो । भौतिक सभ्यता संस्कृति र उन्नति सत्त्वगुणको विकास हुनुमानै सार्थकता राख्तछ । सभ्यता र संस्कृतिको विकास व्यक्ति र समष्टि चेतना विकासमा निर्भर गर्दछ । चेतना मनसँग सम्बन्धित छ । मन आत्मासँग । अतः आत्माको उन्नतिमानै सभ्यता र संस्कृतिको उन्नति समाविष्ट रहन्छ । विभिन्न व्यक्तिको उन्नतिले समाजको उन्नति र समाजको उन्नतिले व्यक्ति व्यक्तिको उन्नति सापेक्ष रूपमा भइनै रहन्छ । त्यस्तै समाज र राष्ट्र, राष्ट्र र समाजको पनि हो ।

तम र रज गुणबाट सत्त्व गुणमा जाने बाटो कुनै काल्पनिक रहस्य होइन । यो मानव देहमा रहेको सूक्ष्म विज्ञानमा आधारित छ । जसले विचार र भावना

परिशुद्ध गरेर क्रियायोगको आश्रय लिन्छ त्यसले देह विज्ञानको सूक्ष्मताको अनुभव र अनुभूति गर्दै जान्छ ।

श्वास प्रश्वास समान गर्ने प्रयत्न गर्दै भावना उद्‌बोधन गरी एकाग्रता अवलम्बन गर्न सकेमा मूलाधारमा स्थिति कुण्डलिनी शक्ति जागेर अग्नि शिखा जस्तो भएर माथि माथि उठने प्रयत्न गर्दछ । यही शरीर भित्रको विज्ञानको रहस्य हो । यही सत्त्व गुण प्रधान हुने वास्तविक उपाय हेा । अग्नि शिखाका साथ नादको प्राकटय र ज्योति दर्शन हुन्छ । यसरी क्रमश: षट्‌चक्र भेद हुन्छ र आज्ञाचक्रमा स्थिति हुन्छ । योगीले यस्तो प्रत्यक्ष स्थिति र अनुभूति प्राप्त गर्दछ । विचार प्रधान ज्ञानयोगी, भावना प्रधान भक्त-योगी वा अन्य कुनै मार्गीको उलिखित शारीरिक प्रक्रिया सम्पन्न नभई सत्त्व गुण प्रधान हुन सम्भव छैन भन्ने कुरा निश्चित छ । तर योगीले बाहेक अरूले शरीर विज्ञानको उल्लिखित मार्गको अनुभूति गर्दैनन् र उल्लिखित विषमया आधिकारिक ज्ञान राख्तैनन् भन्दैमा उपल्लो तहका ज्ञानी वा भक्त वा अरू महात्माको शरीरमा कुण्डलिनी जागरण नभई सत्त्व गुणको वास्तविक अभिवृद्धि भएको छ भन्न मिल्दैन । कुरा के हो भने त्यस्ता महामानवहरूको उल्लिखित किसिमको शारीरिक क्रिया, कित पूर्व जन्ममै सम्पन्न भएको हुनुपर्दछ । कित यहि जन्मा अप्रत्यक्ष रूपमा सम्पन्न भएको हुनुपर्दछ ।

यसरी जीव देह संचालन गर्ने मुख्य शक्ति कुण्डलिनी हो वा जीवात्मा कुण्डलिनी नै हो भन्ने कुरा सावित हुन्छ मात्र होइन योगीले अनुभूत गरेको पनि हुन्छ । कुण्डलिनीबाटै प्राण शक्ति उद्‌भूत भएर देहको जता ततै र बाहिर समेत संचारित भइरहेको हुन्छ । त्यै नै देह व्यापि चेतना हो । त्यो चेतनाको मूललाई विन्दु, कुण्डलिनी, जीवमात्मा आदि नामले पुकारिन्छ । यहि जीवात्मा मूलधाधारबाट आरोहण गरेर अन्त्यमा परमात्मासँग मिल्दछ । त्यसैलाई मुक्ति भन्दछन् । मानव उत्कर्षको परमावस्था त्यहि नै हो । त्यहि नै वास्तविक स्वतन्त्रता हो । त्यहाँ पुगे पछि सत्यं शिवं सुन्दरम्‌को दर्शन हुन्छ । स्थायी आनन्दको उद्रेक हुन्छ । जीवले त्यसको आस्वादन गर्दछ । समाधि अवस्थामा जीवात्मा परमात्मासँग एकाकार हुन्छ । यस कुराको अनुभूति जीवात्माले गर्दछ । विन्दु, महाविन्दुसँग विलीन भएको अनुभूति हुन्छ । यस्तो निर्विकल्प स्थितिको अनुभव गर्नु नै मानवको परम पुरूषार्थ मानिएको छ । मानव उत्कर्षको बाटो

यति सूक्ष्म यति लामो र यति दुरह छ । हरबखत आनन्दको खोजी गर्ने मानवको परम आदर्श यहि स्थिति प्राप्त गर्ने अनवरतको चेष्टासँग सम्बन्धित छ ।

आनन्दको खोजीमानै मानव चेटा अनेक रूप, रङ्ग र ढङ्गमा पाइन्छ । तर आनन्द संसार भर खोजेर पनि मानव सन्तुष्ट हुँदैन र शान्ति पनि पाउँदैन । जसले आफूभित्र आनन्द खोज्न जान्यो त्यसले आफ्नो गुणको स्थिति अनुसार आनन्द पाउँदछ । त्याग-तपस्या, प्रेम-सद्भावना, नैतिकता-सदाचारको बाटो अपनाएर सत्त्वगुण जसले आफूमा बढाउन सक्तछ त्यो मानव मात्र उत्कर्षानुमुख हुन सक्तछ ।

यसरी मानवको परम आदर्श र परम लक्ष्यको निरूपण हुन्छ । राष्ट्र, प्रेम, राष्ट्र-उत्थान, राष्ट्र विकास आदि- आदर्शहरू मानवको परम-आदर्शका पूरक हुन् । तमो गुणको न्यूनता रजो गुणको आधिक्य र सत्त्वगुणको प्रकाशमा राष्ट्र-उत्थानका भावनाहरू प्रज्वलित हुन्छन् । आदर्श विहीन समाजले राष्ट्र-उत्थान गर्न सक्दैन । राष्ट्र-उत्थान नभई समाजको गतिशीलता पनि रहँदैन । यी परस्पर सापेक्ष्य छन् । त्यसकारण राष्ट्रका युवकवर्गले जन्मदाको उद्देश्य छ छैन भन्ने कुरा गम्भीरतापूर्वक खोज्नु आवश्यक छ । यो सृष्टि उद्देश्य हीन दुर्घटनाले भएको भए मानव उत्कर्षको बाटो र आनन्द र परमानन्दको प्राप्तिको कुरा कल्पनाकै विषय मात्र बन्नु पर्ने थियो । तर त्यो अवस्था छैन । प्राचीन ऋषिमुनिहरूले र अर्वाचीन महात्माहरूले फजुलका कुरा बोलेका होइनन् । अवैज्ञानिक कुरा भनेका पनि होइनन् । मानव भावना प्रधान प्राणी हो । मानव देहको विज्ञान पत्ता लगाउन भावना विज्ञानमा प्रवेश गर्नु पर्दछ र क्रियायोगको सहारा पनि लिनु पर्दछ । प्राणायम नै क्रियायोगको मूल विषय हो । देह शुद्धि त्यसको परिणाम हो । देह शुद्धिबाट मात्र देहमा सत्त्व गुणको उदय हुन्छ । मानव जन्मना साथ स्वतन्त्र हुँदैन । क्रिया योगको आश्रय लिएर चक्रारोहण गरे पछि मात्र मानव वास्तवमा स्वतन्त्र हुन्छ । आज्ञाचक्रमा विन्दु स्थान प्राप्त गर्ने मानवले तेस्रो नेत्र प्राप्त गरेको हुन्छ । अथवा विन्दु नै तेस्रो नेत्र हो । यस अवस्थामा चित्त जय हुन्छ । अनि वास्तविक स्वतन्त्रता र शान्ति प्राप्त हुन्छ । आनन्दको अर्को स्वरूप शान्ति पनि हो । देह, इन्द्रिय मन, बुद्धिदेखि माथि उठ्न र आनन्दपूर्ण जीवन बिताउन योगसोपानमा उत्तरोत्तर आरूढ हुन सक्नु पर्दछ । अनि आफ्नो स्वरूप चिन्मय रहेछ, देह आफ्नो स्वरूप होइन भन्ने अनुभव हुन्छ । त्यस अनुभवले नै अहङ्कार

अथवा देह भाव विगलित हुन्छ । अनि माया जाल विछिन्न हुन्छ र आत्म ज्ञानको अनुभूति हुन्छ । अज्ञानबाट मुक्ति अनुशीलन हुन्छ । बिन्दु या कुण्डलिनी या चिदाकाश ज्योतिर्मय हुन्छ । त्यसको अनुभव साधकलाई हुन्छ । यस्तो मानव साधारण मानव हुँदैन । ईश्वर हुन्छ । तर ईश्वर भन्दैमा त्यो जे पनि गर्न सक्ने चमत्कारी हुँदैन । मानव स्वभावमा अति रञ्जन र अति कल्पनाले ठाउँ ओगट्ने गर्दछ । कला साधक र कला सम्पन्न मानव पनि देहसित सम्मिलित रहुन्जेल आहार निन्द्रा र बाहिरी क्षणिक-आनन्दानुभवबाट पर रहन्छ भन्ने कुरा सर्वथा होइन । उ मानवै हो र मानव तुल्यै देखिन्छ । विदेह स्थितिमा परं मुक्त वा परं निर्वाण-उसले पाउँदछ भन्ने कुरा शास्त्रहरू बनाउँदछन् ।

शब्द व्रह्म, कुण्डिलिनी, महामाया, विद्याशक्ति, आनाहत आदि पनि विन्दुकै नाम हो । विन्दु चिन्मय हुन्छ । विन्दुलाई मूलाधारमा अक्षोभ अवस्थामा रहँदा माया भनिन्छ भने क्षोभ भएर उर्ध्वगमन गरे पछि ज्योति भनिन्छ । यो दैवी ज्योति हो । आधुनिक विज्ञानले यसको पत्तो पाउन सकेकोछैन । ज्ञानी वा योगीले यसको पत्तो पाउँदछन् । यसैले मानव देहको महत्त्व छ । मानवले पशुबाट ईश्वर बन्ने क्षमता यसरी नै राख्तछ । यहि क्षमता विकासका निम्ति आफ-आफ्नो स्तरमा आदर्श चाहिन्छ । लक्ष्य हुनु पर्दछ । उचो आदर्श वा लक्ष्य विहीन मानिस मानिस रहँदैन । त्यहीं गएर मानव मानवताबाट च्यूत हुन पुग्दछ ।

मानव चैतन्यको र आनन्दको अभिव्यक्ति अत्यन्त रहस्यपूर्ण छ । प्रत्येक मानिस चेतनाले युक्त प्राणी हो । बेला बेलाको विवेक र बेलाबेलाको प्रसान्नतामा मानवभित्र रहेको चेतनाको अभिव्यक्ति झल्कन्छ । बालकको निश्छल हाँसोमा ईश्वरत्व टल्केझैं मानवको निष्कपट व्यवहारमा देवत्व प्रस्फुटित भएको हुन्छ ।

जीव आज्ञाचक्रमा स्थित छ भने हंस र सहस्रारमा स्थित छ भने परहंस भनिन्छ । वास्तवमा आज्ञा चक्रको उपलब्धि भएपछि पूर्णता तर्फ उक्लने अधिकार मानवलाई प्राप्त हुन्छ । षट्चक्र भेद नभएसम्म देहात्माबोधबाट निवृत्ति हुँदैन । त्रिनेत्र अथवा ज्ञान चक्षुको प्राप्ति भए पछि मात्र देहात्मबोधबाट मुक्त भएको पहिलो परिचय मिल्दछ । त्यस पछि विन्दु, अर्धचन्द्र, निरोधिका, नाद, नादान्त, शक्ति, व्यापिनी, समंना, उन्मनाको स्थिति क्रमश: प्राप्त गर्नुपर्दछ । अनि मात्र परं

स्थितकिो अनुभूति हुन्छ । यो अत्यन्त गूढ, अत्यन्त सूक्ष्म र अत्यन्त दुरूह स्थिति हो । जुन साधारण महात्माको आयत्त देखि धेरै नै पर पर्दछ ।

त्यसैले स्वामी विवेकानन्दले एक ठाउँमा भन्नु भएको छ "मनुष्यमा पूर्णत्वको विकास हुनु नै शिक्षा हो ।" अत: जसले आत्मविकास गर्न सकेको छैन वा आत्म उत्कर्ष गरेको छैन त्यो अशिक्षित हो भन्ने त्यसको अर्थ हुन आउँदछ । वास्तवमा आत्म ज्ञानी नै विद्वान् वा पण्डित हो । विद्वान्को वैदिक परिभाषा यस्तै देखिन्छ । भौतिक प्राविधिज्ञहरू आफ आफ्नो विषयमा जस्तो सुकै विद्वान् भए तपानि आत्म ज्ञानी भन्दा धेरै तलनै आफूलाई ठान्दछन् । आफूमा आनन्द र शान्तिको अभावनै देख्तछन् ।

अर्को रहस्य यो छ कि जसको कुण्डलिनी जागरण भएको हुन्छ त्यो ऊर्ध्वरिता हुन्छ । शरीर विज्ञानको यो रहस्य पनि आधुनिक भौतिक विज्ञानले पत्तो पाउन सकेकोछैन । भगवान् श्रीकृष्ण र अन्य धेरै ॠीष मुनिहरू ऊर्ध्वरिता थिए । त्यसैले उनीहरू ब्रह्मचारीनै मानिन्थे । तर उनीहरूका साथ धर्मपत्नीहरू पनि हुन्थे । सन्तान पनि जन्माउँदथे । तर पनि वीर्यको ऊर्ध्वगमनमा वाधा पर्दैनथ्यो । अत: मानव वीर्यको ऊर्ध्वगमनमा मानव उत्कर्ष सन्निहित रहेछ भन्ने कुरा स्पष्ट हुन आउँदछ । कुण्डलिनी जगाउने योगीले यस कुराको प्रत्यक्ष-भनुभव गरेको हुन्छ । शास्त्रमा भनेकोछ :-

ऊर्ध्वरिता भवेद्यस्तु स देवो न तु मानुषः ।
ऊर्ध्वरिता योगी मनुष्य होइन । ईश्वर हो

त्यस्तै, अर्को उक्ति छ:-
भावेन लभते सर्व भावेन देवदर्शनम् ।
भावेन परं ज्ञानं तस्माभदावालम्बनम् ॥

भावबाटै सबै थोक प्राप्त हुन्छ । भावको दृढताबाटै देव दर्शन हुन्छ । भावनाबाटै ज्ञान प्राप्त हुन्छ । यसकारण भावको नै अवलम्बन गर्नु पर्दछ ।

राजा दशरथको राजसभमा महर्षि विश्वामित्र महर्षि वशिष्ठलाई भन्दछन्:

हे वसिष्ठ महाभाग ब्रह्मपुत्र महानसि ।
गुरूत्वं शक्तिपातेन यत्क्षणादेव दर्शितम् ॥

हे महाभाग वसिष्ठ । तपाई ब्रह्माका पुत्र हुनुहुन्छ । तपाईले राममा शक्तिपात गरेर गुरूत्वको तत्क्षणै प्रदर्शन गर्नुभयो ।

भगवान् शङ्कराचार्य विवेक - चूडामणिमा भन्नु हुन्छ :-

क्वचिन्मूढो विद्वान्क्वचिदपि महाराजविभवः
क्वचिद्भ्रान्तः सौम्यः क्वचिदजगराचारकलितः ।

क्वचित्पात्रीभूतः क्वचिदवमतः क्वप्यविदित-
श्चरत्येवं प्राज्ञः सततपरमानन्दसुखितः ॥

ब्रह्मावेत्ता महापुरुष कहिले मूढ कहिले विद्वान् र कहिले राजामहाराजाहरूको जस्तो ठाटबाटले युक्त देखिन्छ । उ कलिहे भ्रान्त, कलिहे शान्त र कहिले अजिंगर जस्तो निश्चल भावले बसीरहेको देखिन्छ । यसरी निरन्तर परमानन्दमा मगन भएको विद्वान् कहिले सम्मानित, कहिले अपमानित र कहिले अज्ञात रहेर अलक्षित गतिले विचरण गर्दछ ।

किरातेश्वर सन्देश अङ्क-३ मा प्रकाशित ।

वयं राष्ट्रे जागृयाम

'वयं राष्ट्रे जागृयाम पुरोहिता' यस वैदिक मन्त्रले पुरातन सभ्यताका धनी वैदिकहरूलाई राष्ट्र, राष्ट्रियता बारेमा पश्चिमबाट सिक्नु पर्ने कुरा केही थिएन। ज्ञान विज्ञानका साथै दर्शन शास्त्रादि र अन्य अनेकौं विषयमा वेदका अनुयायीहरूले जुन उन्नति गरेका थिए त्यसको कल्पना आजसम्म पनि गर्न गाऱ्हो परिरहेको छ। इतिहासको विडम्बनाले गर्दा पाँच हजार वर्ष अघि कुरु क्षेत्रमा भएको महाभारको धर्म युद्धको कल्पना गर्दा तेश्रो आणविक विश्वयुद्धको कल्पनाभन्दा धेरै भयङ्कर देखिन्छ। त्यस युद्धले गर्दा त्यसबेला सम्मको वैज्ञानिक सफलता र विज्ञान विद्हरू सबै नष्ट भए र पुरातन विज्ञान तथा कला कौशल सबै लोप हुन गए। आज हाम्रा हातमा रहन आएको सीमित वैदिक साहित्य र सांस्कृतिका परम्पराले मात्र चित्त बुझाउनु परेको छ। त्यसैले महाभारत कालदेखि उताको इतिहास थाह पाउने सधान वेद र पुराणादि तथा रामायण महाभारत आदि मात्र हाम्रा सामु छन्। त्यसो हुँदा अझै खोजको विषय बनेको छ।

पश्चिमी विचार प्रवाहमा प्रवृत्तिमार्गको बाहूल्य छ। तर वैदिक विचारधाराले सफल जीवन यापनका निमित प्रेय र श्रेय दुई मार्ग प्रस्तुत गरेको छ। प्रेय प्रथम पुरुषार्थ हो। श्रेय द्धितिय र अन्तिम पुरुषार्थ हो। प्रेयको पूर्ति अर्थले गर्दछ। श्रेयको पूर्ति अध्यात्मले। यी दुवै परस्पर सापेक्ष छन्। अर्थको उन्नति विना अध्यात्मको उन्नति हुन सक्तैन। अर्थ संकलनमा छलकपटको प्रचुरता देखिन्छ। छलकपटले संकलिन अर्थ चीरस्थायी हुँदैन। अनि ताप वर्धक पनि हुन्छ। त्यसैले वेदले अर्थोपार्जन गर्न पनि धर्म मार्ग अवलम्बन गर्नमा जोड दिएको छ।

वैदिक चिन्ताधाराले पहिले पुरुषार्थ त्यस पछि परमार्थ तर्फ लागेर मनुष्यले आफ्नो जीवन सफल पार्नु पर्दछ भन्ने कुरा स्पष्ट गर्दछ। वैदिक कालमा दुवै पुरुषार्थका विषयमा समयबद्ध तथा साङ्गोपाङ्ग सिद्धान्तको रचना भएको थियो। आज पनि हाम्रो सांस्कृतिक परम्पराले त्यसलाई इङ्गित गरिरहेको छ।

वैदिक कालमा सुर र असुरको संघर्षले जन्माएको अर्थशास्त्रको विस्तारलाई आजको विज्ञान शास्त्र भन्न सकिन्छ । त्यसवेला अर्थशास्त्र र आध्यात्मशास्त्र अन्तर्गत भौतिक शास्त्र र पारलौकिक शास्त्रको विभाजन गरिएको देखिन्छ । अर्थशास्त्र मानव जीवनका निम्ति अनिवार्य वस्तु हो । धर्मशास्त्र वा आचार शास्त्र वा अध्यात्म शास्त्र पनि मानव जीवनका निम्ति अपरिहार्य छ । यसै तथ्यलाई वैदिक साहित्यले पूर्ण रूपमा प्रतिपादन गरेको छ । धर्म पछि अर्थ, अर्थ पछि काम, काम पछि मोक्ष तर्फ उन्मुख गराउनु नै वैदिक दर्शनको देन हो । मनुष्यले सामाजिक र राष्ट्रिय कर्तव्य निभाएर अन्त्यमा आत्म स्वरूपमा प्रतिष्ठित हुनु उसको परं लक्ष मानिएको छ । अर्को शब्दमा, मनुष्यको जीवनमा दुइ मार्गहरू छन् । प्रवृत्ति मार्ग र निवृत्तिमार्ग । मनुष्य सामाजिक र राष्ट्रिय प्राणी भएकोले समाजधर्म र राजधर्म उसको प्रवृत्तिमार्ग अन्तर्गत पर्न आउँदछ । उसको पारमार्थिक चिन्तन र पारमार्थिक जीवन, निवृत्ति मार्गमा पर्दछ । यसरी लौकिक र पारलौकि मार्गमा परम्पर समन्वय राखेर आदर्श समाज, आदर्श राष्ट्रका साथै आदर्श जीवनको दिशा निर्देशन वैदिक संस्कृतिले प्रत्येक पाइला पाइलामा दिइरहेको छ । यही परम्परालाई अनुशरण गरेर जीवन सार्थक बनाउने कोशिमा लाग्न वैदिक शास्त्रविद्हरू जोड दिन्छन् ।

तर महाभारत काल र महावीर तथा बौद्ध काल बीच प्रेय र श्रेय मार्गको सन्तुलन विग्रेर कर्मकाण्डको आडमा अनेकौं विकृतिहरू जन्मे । जसको फलस्वरूप महावीर र बुद्धले नयाँ नयाँ विचार धारा लिएर पन्थ चलाउनु पर्‍यो । जैन साहित्य र बौद्ध साहित्यको श्रृजना भयो । जैन धर्म भारतमै सीमित रह्‍यो । बौद्ध धर्म एशिया महाद्वीपमा जताततै फैलियो ।

सातवी शताब्दीमा जब शंकराचार्यको उदय भयो वहाँले विजय गर्न थाल्नु भयो । तब वैदिक धर्म पुनर्जीवित भयो । तर वहाँले प्रेयलाई त्यतिध्यान दिनु भएन । श्रेयतर्फ मात्र ज्यादा जोड दिनुभयो । ब्रह्म स्वरूपको व्याख्यामा नै वहाँ र वहा पछिका रामानुज, वल्लभ, निम्वार्क आदि धर्म प्रचारक आचार्यहरूको ध्यान गयो । प्रेय पुरूषार्थ, तर्फको भावनामा कमी आएको कारणले गर्दा वैदिक किंवा हिन्दु जातिले आठ सय वर्ष सम्म मुसलमान राजाहरूको गुलाम र दुई सय वर्ष सम्म ब्रिटेनको गुलाम हुनु पर्‍यो । अपवादका रूपमा नेपाल प्रदेशले गुलामी

व्यहोर्नु नपरे तापनि सत्रवी शताब्दीमा आएर मात्र नेपालले पुन: वृहदरूप लियो र नेपाली जातिले आधुनिक एकीकृत राष्ट्र पायो ।

यसै अवधिमा पश्चिमी यूरोपमा शिक्षाको जागरण, राष्ट्रियताको विकास र उद्योगधन्दाको प्रादुर्भाव शुरू भएको हो । फलत: प्रेय पुरुषार्थ तर्फ यूरोप र उत्तरी अमेरिका अगाडि बढ्यो । वैज्ञानिक आविष्कारको नयाँ जवाना शुरू भयो । अस्त्र शस्त्रको निर्माणले तिनीहरूको शक्ति बढ्दै गयो । अन्य भौतिक क्षेत्रका अनुसन्धान र आविष्कारमा उनीहरूकै एकाधिकार हुन गयो ।

स्वामी रामकृष्ण, स्वामी विवेकानन्द, स्वामी रामतीर्थ, स्वामी दयानन्द आदिको प्रयासले मात्र हिन्दू जातिको गौरव यूरोप र उत्तर अमेरिकीहरूले थाह पाए । त्यस पछि पुन: हिन्दु जातिमा स्वाभिमान जाग्दै आयो र स्वराज्य र स्वधिनताको भावना उद्बोधन हुँदै गयो । गोखले, तीलक, गान्धी आदिको प्रयत्नले भारत जागरूक हुँदै गयो र लामो संघर्ष पछि गुलामीको कलङ्क मेट्दै स्वतन्त्रता हासिल गऱ्यो ।

तर हिमाली प्रदेश नेपालले लिच्छवीकालको आदर्श राज्यको परम्परालाई कायम राख्दै र मल्ल कालको कला कौशलको भव्यतालाई थाम्दै र बाइसे चौबिसे राज्यहरूको उदयलाई खेप्दै रहँदा पनि गुलामीको पीडा खप्नु परेन । सत्रवी शताब्दीमा भएको एकीकरण अभियानमा मुस्लिम सरदार र इष्ट इन्डिया कम्पनी सरकारको आक्रमण समेतलाई परास्त गरेर नेपाल राज्यले आजको भन्दा बृहद रूप लिएको थियो र नेपाली जातिले एकीकृत आधुनिक राष्ट्र पाएको हो र यो एकमात्र हिन्दू राष्ट्रका रूपमा रहेको छ । राजा पृथ्वीनारायणशाह महत्वाकांक्षी मात्र थिएनन् अनुपम साहस, बुद्धि, विवेकका साथै भविष्य द्रष्टा पनि थिए । उनले असली हिन्दूस्थाना यही हो भनी आफ्नो राज्यलाई इङ्गित गरेका थिए ।

समाज, राष्ट्र र राष्ट्रियतादेखि लिएर मानवता, मानव उत्थान र मानव कल्याणका भावनाहरूको उदवोधन आफ्नो इतिहास संस्कृति रहन सहन तथा सोचाईको जमिनमा आफ्नो आफ्नो पूर्व गौरवको स्मृतिले जति सहायता गर्दछ उति अरूबाट लिएको सापटी प्रेरणा र साहित्य, संस्कृतिले गर्न सक्तैत । मानव समाजको उत्कर्षका विषयमा वैदिक साहित्यले जति गहिरीएर चिन्तन गरेको छ

त्यस किसिमको चिन्तन धारामा पुग्न पश्चिमी साहित्यलाई अझ पनि धेरै वर्ष लाग्ने छ।

सत्यं वद, धर्मम् चर आदि उपदेशलाई सर्वोपरि मान्ने हाम्रो सामाजिक परम्परा र ऋषि गोत्रले चिनिने गौरवमय इतिहास विद्यमान रहँदा रहँदै पनि हामी आचारवान् र आदर्श हुन नसक्नु समयको विडम्वनानै हो । समानता, स्वतन्त्रता र भातृत्वको नारा फ्रेन्च क्रान्तिले उत्पन्न गऱ्यो र सर्वप्रथम यूरोपमा फैलियो यद्यपि हाम्रा 'सङ्गच्छध्वं सं वो मनासिं जानताम्' का वैदिक नाराहरू हजारौ वर्ष अघिदेखि गुञ्जायमान भएर आइरहेका थिए।

यी वैदिक ऋचाहरूले दिएका प्रेरणाले हाम्रा पूर्वजहरूको समाज अनुप्राणीत थियो । तद्नुसार सामाजिक, राजनैतिक, आर्थिक, धरातलको निर्माण भई उद्योग उन्नतिको शिखरमा पुगेका र सम्यता संस्कृतिका निर्माताका रूपमा संसार भर परिचित हुन पुगेका थिए।

पुन: 'सर्वे भवन्तु सुखिन:' को नाराले आजको 'Well fare state को कल्पनालाई मात गरेको छ । त्यस भावनालाई साकार गराउनु नै राजधर्म किंवा राजनीतिको प्रमुख विषय भएको छ । त्यसैले प्रेय पनि पुरुषार्थ मानिन्छ।

यम नियमको पालनले हाम्रो स्वरूपलाई निर्मल पार्दै मानव कल्याणका साथै आत्म कल्याणका निम्ति पनि मार्ग प्रस्तुत गर्दछ । मानिसको स्वरूप त्यही हुन्छ जस्तो उसको भावना हुन्छ । भावनाबाट विचार र विचारबाट कार्य उसको अभिव्यक्त रूप हो । भावना परिमार्जन गर्ने बाटोको नाम धर्म हो, जसले मानवलाई महामानव बनाउँदछ । भावना परिशुद्ध गर्ने विज्ञानबाट शुद्ध हुने मार्ग नै मानव उत्कर्षको सोपान हो । भावना शुद्धिबाट तत्व शुद्धि, तत्व शुद्धिबाट कुण्डलिको जागरण र ज्योति दर्शनको विज्ञान लाभ हुन्छ । मानव देह स्थित सर्वश्रेष्ठ विज्ञान यही हो । मानव सर्व श्रेष्ठ जीव हो भन्ने वैज्ञानिक प्रमाण पनि यही हो । देह स्थिति विज्ञानको उत्कर्ष र ज्योति दर्शन किंवा ज्योतिको अनवरत स्थितिले मात्र मानव परंशान्तिमा निमग्न रहन सक्छ । यस्तो उत्कर्षशील मानव सच्चा मानव हो, महा-मानव हो । यही मानवको श्रेय प्राप्तिको पुरुषार्थ हो ।

'आचार परमो धर्म'' लाई मूल मन्त्र मानेर हिड्ने व्यक्ति, जाति र राष्ट्र मात्र उत्कर्षशील हुन सक्तछ । प्रेय र श्रेय दुवै पुरुषार्थलाई समन्वयात्मक ढंगले अगाडि बढाउँदै जानु पर्दछ । मनुष्यलाई एकातिर घर, गाउँ, समाज, राष्ट्रको आवश्यकता छ र त्यसको संरक्षण, संपोषण र सम्वर्धन गर्नु कर्तव्य हुन आउँदछ भने त्यस्तै अर्को तर्फ परमात्मा मुखी भएर आत्मिक उत्कर्ष गर्दै जानु पनि परं आवश्यक छ । दुवै मानव जीवनका स्वभाव सिद्ध आकर्षण हुन् । यसरी नै राष्ट्रलाई वास्तविक रुपमा जगाई सुमार्गमा डोऱ्याउन सकिन्छ ।

(किरातेश्वर सन्देश विशेषाङ्क ४ मा प्रकाशित)

ज्योति रहस्य

योऽन्तः सुखोऽन्तरारामस्तथान्तर्ज्योतिरेव यः ।
स योगी ब्रह्मनिर्वाणं ब्रह्मभूतोऽधिगच्छति ॥ श्रीमद्‌गवद्गीता ५।२४

जस्ले अन्तरात्मामा निश्चय पूर्वक सुख र आराम अनुभव गर्दछ तथा जो अन्तर्ज्योति सम्पन्न छ त्यो ब्रह्मभावयुक्त योगी शान्त ब्रह्म प्राप्त गर्दछ ।

भगवान श्री कृष्णले श्रीमद्‌गवद्गीताको पाँचौ अध्यायको यस श्लोकमा धर्म विज्ञानको सम्पूर्ण सार व्यक्त गर्नु भएको छ । अन्तज्योति सम्पन्न हुनु नै धर्मसाधनको परम लक्ष हो । जति पनि धर्म र तद्‌विषयक शास्त्रहरू छन्, तिनले आफू भित्रको ज्योति जगाउ अनि मात्र शान्ति प्राप्त हुन्छ भन्ने गुढ रहस्य व्यक्त गर्नु वाहेक अरू जति पनि भनिएको हुन्छ त्यस लक्षका परिपुरक व्याख्या मात्र हुन् । धर्मको तात्विक निष्कर्ष आफूभित्र ज्योति प्राप्त गर्नु भए तापनि देश, काल, परिस्थितिको व्यवहारिकता र पात्र भेदले गर्दा बाहिरी स्वरूपमा नानात्व हुनु अस्वभाविक होइन । तर ज्योति दर्शन जसलाई भएको छ उसले यथार्थ धर्म पक्रेको हुन्छ । उसको आत्मिक अनुभव र अनुभूतिलाई उसको क्षमता अनुसार उसले आफ्नै भाषामा व्यक्त गरेको हुन्छ । तर त्यो अनुभवगम्य र अनुभूत विषय भाषा देखि परेको वस्तु भएकोले भाषाबाट जति स्पष्ट गर्न खोजे पनि साधनाहीन व्यक्तिले बुझ्न सक्ने कुरा हुँदैन । अतः यसलाई बुझ्ने योग्यता प्राप्त गर्नु नै यथार्थ साधना हो । उत्कट साधना जसले गर्दछ उसले ज्योतिको पनि दर्शन गर्न सक्दछ र मानव उत्कर्षको यथार्थ स्वरूप थाह पाउन पनि सक्तछ । चित्तको यावत संशय उच्छेद गर्ने र हृदयमा पूर्ण विश्वास दिलाउने वस्तु आफूभित्र ज्योतिको आभास पाउनु नै हो ।

शास्त्रको भनाई छ 'धर्मः सर्वेषां भूतानां मधु' । स्वभावैले जनसाधारण धर्म तर्फ प्रवृत्त हुने कोशिश गर्दछ । आफूबाट अधर्म अर्थात पाप होस भन्ने कोही पनि चाहदैन । तर सत्व रज तम गुणहरूको प्रभावले कोही मुक्त हुंन सक्दैन । आफूमा भएको गुणको अधिक्य अनुसार नै उसले धर्म प्रति धारणा राख्तछ ।

त्यसैले शास्त्रकारहरूले तम र रज गुणलाई कम गरेर सत्वगुण प्रधान बन्न अनेकौ मार्ग बताएका छन् । सत्व गुण प्रधान हुने उपाय अपनाउनु नै धर्म मर्गमा प्रवेश गर्ने साधना हो । गुण विज्ञान र कोष विज्ञानको आविष्कार वैदिक शास्त्रको अद्वितीय विषय वस्तु हो । आजको यति उन्नत मानिएको भौतिक विज्ञानले यसको मर्म बुझ्न सकेको छैन । अन्नमय, प्राणभय, मनोमय कोष मात्र होइन विज्ञानमय र आनन्दमय कोष पनि एक वैज्ञानिक तथ्य हो । अन्नमय र प्राणमय कोष यावत प्राणिमा हुन्छ भने मनोमय कोष, विज्ञानमय कोष र आनन्दमय कोषको पूर्ण विकास मनुष्यमा मात्र सम्भव छ । गुण विज्ञान र कोष विज्ञानको विकास हुने प्रकृया मानव देह विज्ञानको विशेषता भएकोले मानव सर्व श्रेष्ठ प्राणी मानिएको हो । साथै मानव उत्कर्ष पनि सत्वगुण प्रधान हुनुमा र मनोमय, विज्ञानमय र आनन्दमय कोषहरू आफूमा विकास गरेमा सम्भव हुन्छ । शास्त्रले मानवको उत्थानका निमित प्रेय र श्रेय दुई मार्ग बताएको छ । प्रेय मार्गबाट भौतिक अभ्युदयको कल्पना गरिएको छ भने श्रेय मार्गबाट अध्यात्मिक उन्नतिको । दुवै मार्गको यथाक्रम अबलम्वनबाट मात्र राज्य व्यवस्था, समाज व्यवस्था र गार्हस्थ जीवन सफल हुन सक्तछ । धर्म, अर्थ, काम यी तीन पुरूषार्थ प्रेय याने प्रवृत्ति मार्ग तर्फ पर्दछन्, मोक्ष श्रेय याने निवृत्ति मार्ग तर्फ पर्दछ । व्रह्मचर्य आश्रम याने विद्यार्थी जीवन पछि गृहस्थ आश्रममा प्रवेश गरेर उल्लिखित चार पुरूषार्थ यथाक्रम सुसम्पन्न गर्न शास्त्रले विधान गरेको छ । धर्मबाट अर्थ बन्दछ । अथवा धर्मपूवर्क अर्थ जोर्नु, अर्थबाट काम सम्पन्न गर्नु त्यस पछि प्रवृत्ति मार्गलाई छाड्दै मोक्षतर्फको बाटो हिड्नु र परमशान्ति लाभ गर्नु । यसरी एक पछि अर्को पुरूषार्थ सफल पार्दै अन्त्यमा परम श्रेयरूप ज्योति लभा गर्नु मानिसको कर्तव्य हो भन्ने कुरा शास्त्रहरू बताउँदछन् ।

सर्वव्यापि परं चेतन ज्योतिर्मय भगवानलाई जान्नु ज्ञान हो । ज्ञानले विज्ञान र विज्ञानले ज्ञान जानिन्छ । अत: विज्ञान जान्ने नै ज्ञानी हुन्छ । शास्त्रमा चिद्विज्ञान, आध्यात्मिक विज्ञान, नित्यतत्व विज्ञान, सच्चिदानन्द विज्ञान, अमृत विज्ञान, आत्म विज्ञान, ब्रह्म विज्ञान, कुन्डलिनी विज्ञान आदिको उल्लेख पाइन्छ । फिजिक्स, केमेष्ट्री आदि आधुनिक विज्ञान जस्तै उल्लिखित विज्ञान व्रह्म सम्बन्धी हुन् । यी विज्ञानहरू भावना तथा प्राणायाम आदिसँग सम्बन्धित छन् । नियमित नित्यताबद्ध विषय विज्ञान हुन्छ । विभिन्न मार्ग अपनाएर उत्कर्ष प्राप्तिका निमित मानव देहमा अवलम्बन गरिने विषय पनि विज्ञान क्षेत्र हो । 'सवं खलु इदं ब्रह्म'

यस तथ्यलाई जान्न विज्ञान जानेर ज्ञानी बन्नु पर्दछ । इश्वर: सर्वभूताना हृदेशे जुर्न तिष्ठति । हृदय भनेको भ्रूमध्य हो । भ्रूमध्यमा साधकले ज्योति दर्शन गर्दछ ।

श्वेताश्वरोपनिषदको तृतीय अध्यायमा एक मन्त्र आऊँछ:-
वेदाहमेतं पुरूष महान्तमादित्यवर्णं तमस: परस्तात् ।
तमेव विदित्वाति मृत्युमेति नान्य: पन्था विद्यतेऽयनाय ॥८॥

यी महान भन्दा पनि महान परम पुरूषोत्तमलाई म जान्दछु । यी अविद्यारूप अन्धकार देखि सर्वथा अतीत छन्, तथा सूर्य झैं स्वयं प्रकाशरूप छन् । यिनलाई जान्नालेने मनुष्य मृत्युलाई उलघंन गर्न समर्थ हुन्छ । परमपद प्राप्त गर्न यो वाहेक अर्को उपाय छैन ।

यो ज्योति दर्शनको अनुभूति वा अनुभव कसरी हुन्छ, कहाँबाट त्यो उत्पन्न हुन्छ, कसरी भ्रूमध्यमा दर्शन हुन्छ यो अत्यन्त रहस्मय कुरा छ । ज्ञानमार्गीहरू श्रवण मनन निदिध्यासनबाट ज्ञान प्राप्त हुन्छ भन्दछन् । कर्मयोगी निष्काम कर्मयोगबाट र भक्तहरू नाम जप स्मरण र आत्म समर्पणबाट भगवानको दर्शन हुन्छ भन्दछन् । योगीहरू भन्दछन् कुण्डलिनी शक्ति वा विन्दु नै देहको आधार हो । त्यही ने जीवात्मा हे । सामान्य मानवमा त्यो मूलधारमा रहेर शक्ति प्रवाहित गर्दछ त्यसैले जीव सजीव रहन्छ । तर त्यसलाई जागृत गर्न सके जीवको आध्यात्मिक जागरण प्रारम्भ हुन्छ र त्यसको क्रमिक उत्थान वा चक्रारोहणले देह र आत्माको भिन्नता महसूस हुँदै जीवले आफूलाई देह होइन आत्मा हो, जड होइन चेतन हो, विनाशी होइन अविनाशी हो भन्ने ज्ञान गर्दछ । साथै क्रमश: आफू र आत्मासँग आफ्नो तादात्म्य स्थापित गर्दै जान समर्थ हुन्छ । भृकुटी सम्मको विन्दुको आरोहणले उसको जीवनलाई नयाँ पथ प्रदान गर्दछ । उसको संसार प्रतिको दृष्टि खुल्दछ । उसले ज्ञान चक्षु वा त्रिनेत्र प्राप्त गर्दछ ।

श्री रामलाई गुरु वशिष्ठबाट शक्तिपात भए पछि रामलाई भौतिक जगतबाट वैराग्य भयो । शक्तिपात भए पछि, भन्नाको मतलव समर्थ गुरुको शक्तिबाट कुण्डलिनी जागरण भए पछि र चक्रारोहणको क्रममा जीवलाई अलौकिंक आनन्द प्राप्त भए पछि आनन्दको हरवखत खोजी गर्ने मानव तृप्त तृप्त हुँदै जान्छ । उसले वाहिर होइन आफूभित्रै आनन्दको श्रोत प्राप्त गर्दछ । त्यसैले श्री राम

राजवैभवको सुख सुविधा त्यागेर आनन्द मग्न भएर बसे । श्री रामको यस्तो अवस्था थाह पाएर उनलाई कुनै किसिमले राजसभामा बोलाइयो र ऋषिहरूले उनलाई उपदेश दिए । त्यसै सभामा महर्षि विश्वामित्र पनि थिए । उनले महर्षि बशिष्ठलाई सम्बोधन गर्दै भने:-

हे बशिष्ठ महाभाग ब्रम्हपुत्र महानसि ।

गुरुत्वं शक्तिपातेन यत्क्षणादेव दर्शितम् ॥

हे बशिष्ठ महाभाग ! तपाई ब्रम्हाका पुत्र हुनु हुन्छ । तपाईले (श्रीरामलाई) शक्तिपात गरेर अहिलेनै गुरुत्वको प्रदर्शन गर्नु भयो ।

श्री कृष्णमा शक्तिपात भएको प्रसंग कहिं भेटिंदैन । तर वहाँले गुरुकुलमा नै विभिन्न विद्या हासिल गर्नु भएको हो । गुरुकूलको परम्परानुसार वहाँलाई पनि गुरुबाट शक्तिपात भएको हुनु पर्छ ।

सन्त ज्ञानेश्वर श्री मद्‌भगवद् गीताको व्याख्यामा श्री कृष्णले अर्जुनलाई शक्तिपात गर्नु भएको मान्नु हुन्छ ।

स्वामी रामकृष्ण परंहसले विवेकान्दलाई शक्तिपात गर्नु भएको थियो ।

यसरी धर्मशास्त्रहरूमा सामर्थ्यवान गुरुले उपयुक्त शिष्यलाई शक्तिपात गरी प्रारम्भिक ज्योति दान वा ज्ञान दान गराएको पाइन्छ भने प्राणायाम नामजप र अन्य स्वप्रयत्नबाट गुरुरुपी भगवान स्वयंको कृपाले उत्कट साधकहरूमा कुण्डलिनी जागरण भएको तथ्य पनि उपनिषद् तथा तन्त्र शास्त्रादिको र कतिपय मनिषीहरूको आत्मकथाको अध्ययनबाट समेत थाहा हुन आउँदछ ।

त्यसैले कतिपय शिद्धगण भन्छन्, कुण्डलिनी उद्‌बुद्ध नभइृ देहसिद्धि हुन सक्तैन । महावाक्यको श्रवण, मनन, निदिध्यासनले मात्र देहे दोष हट्‌दैन, देह-शोधन गर्न योगाभ्यास गर्नु अत्यावश्यक छ । योगको मूल सार कुण्डलिनी जाग्रत गर्नु हो ।

श्री मद्भगवद्गीतालाई उपनिषदको सार मानिएक्रो छ । त्यसको प्रत्येक अध्यायको उपसंहारमा "योगशास्त्रे" भनी उल्लेख गरिएको छ । अतः योगको अवलम्वन नगरी कर्म, भक्ति ज्ञानको कुनै श्रेणी पनि उक्लन सकिँदैन भन्ने कुरा स्पष्ट हुन आउँदछ ।

"शब्द ब्रम्हणिनिष्णाते प्रब्रम्हाधिगच्छति ।" भनी याज्ञवल्क ऋषि भन्नु हुन्छ । शब्द ब्रम्ह र नाद एउटै वस्तू हो । प्राणको स्वभाविक धर्म उच्चार हो । प्राणमा अथक ध्वनि निरन्तर स्फूरित भइरहन्छ । ध्वनि सँगसँगै ज्योति हुन्छ । यसरी हरेक प्राणी ब्रम्हको अंश हो भन्ने कुरा प्रमाणित हुन्छ । मन्त्र जप, कीर्तन र शास्त्र वाचन आदिमा ध्वनि वा शव्दको आश्रय लिएर साधना गरिन्छ । भक्तिमार्ग भाव र त्यसको व्यक्त रूप कीर्तनबाट शुरू हुन्छ । परमात्मा मधुरमा पनि मधुर छ । भक्ति मार्ग भाव मार्ग भएकोले मधुर मार्ग हो । कलिकालमा यो साधना सरल मानिएको छ ।

ज्ञानयोगी र भक्ति-मार्गी महात्माहरू कुण्डलिनी जागरणको वैज्ञानिक प्रकृयाबारे ज्ञान राख्दैनन् वा प्रचार गर्दैनन्, भन्दैमा उनीहरूमा कुण्डदिनी जागरण नभई भृकुटीमा ज्योति दर्शन हुन्छ भन्न मिल्दैन । साधना क्रममा उनीहरूमा बारम्बार आनन्दको आल्हाद प्राप्त हुन्छ यही असिम आनन्द प्राप्तिको दौरानमा उनीहरूको कुण्डलिनी अपरोक्ष रूपमा जागृत भएको हुन्छ । कसै कसैको पूर्व जन्ममै जागृत भएको पनि हुन सक्तछ ।

कुण्डलिनी प्रबुद्ध भए पछि चित शक्तिको अनुभव मात्र हेइन ध्यानावस्थामा आज्ञामा ज्योतिको दर्शन मनको स्थिरतानुसार झाट्ट झुट्ट भइनै रहन्छ । यो अग्नि शिखाको रूपमा भाषित पनि हुन्छ । कुण्डलिनी जगाउनु अत्यन्त गाऱ्हो कुरा हो तर जागे पछि स्वभावत साधना तीव्र भएर जान्छ र यथा साधना र यथा समय चक्रारोहण पनि हुँदै जान्छ । आज्ञामा तेस्रो नेत्र खुल्दछ र ज्योति दर्शनको पूर्णलाभ हुन्छ । तर यो अन्तिमअवस्था होइन । यो त अधिकारावस्था मात्र हो । जीवले शिवसँग मिल्न अझ नौ श्रेणी वाँकी छ । यो नौ श्रेणी पार गर्न उग्र, उग्रतर र उग्रतम साधनाको जरूरत पर्दछ । धेरै समयसम्म अविरल साधना गर्दै एक स्तरबाट अर्को स्तरमा जान सकिन्छ । तव मात्र विन्दु महाविन्दुसँग, शक्ति

महाशिवसँग र जीव भगवानसँग मिल्न पुगदछ । अनि अमृतमय हुँदै अमृत पान हुन थाल्दछ । देहमा सर्वत्र संचरित प्राणको माध्यमबाट सारा शरीरमा अमृतले आप्लावित गर्ने कृया प्रारम्भ हुन्छ । यही ब्रम्हानन्द हो । मानव तृप्त तृत्प हुने क्षण यही हो । कलान्तरमा अखण्ड शान्ति लाभको आभास हुन्छ । चन्द्र झैं सितल ज्योतिमर्य .परमात्मासँग आत्माको एकत्वको अनुभूति हुन्छ । सत्यं शिवं सुन्दरमको दर्शन हुन्छ । मनुष्य जीवनको यथार्थ उत्कर्ष प्राप्त हुन्छ ।

उल्लिखित विचारहरूलाई उपनिषद कसरी पुष्ट गर्दछ हेरौं ।

मण्डलब्राम्हणोपनिष्द:-

अनाहतस्य शब्दस्य तस्य शब्द यो ध्वनि: ।

ध्वनेरन्तरगत ज्योतिज्योतिरन्तर्गतं मन: ।

यन्मनस्त्रिजगत्सृष्टिस्थितिव्यसन कर्मकृत् ।

तन्मनो विलयं याति तद्विणो: परमं पदम् ।

अनाहत शब्दभित्र जुन ध्वनि हुन्छ त्यसभित्र ज्योति रहन्छ । यस ज्योतिभित्र मन रहन्छ, यही मनले तीनै जगतको उत्पत्ति स्थिति तथा संहाररूप कर्म गर्दछ । यो मन जसमा विलीन हुन्छ त्यही विष्णु भगवानको परम पद हो ।

अद्वयतारकोपनिष्द्:-

देहको मध्यमा सुषुम्ना नामक ब्रह्मनाडी सुर्यरूप पूर्ण चन्द्र जस्तै प्रकाश युक्त छ । यो मूलाधारबाट शुरू गरेर ब्रह्मरन्ध्रसम्म जान्छ । यस नाडीको बीचमा करोडौं विजुली झैं तेज-युक्त मृणाल सूत्र जस्तो सूक्ष्म कुण्डलिनी शक्ति प्रशिद्ध छ । यसलाई मनले दर्शन गरेमा मनुष्य सवै पापबाट छुटेर मुक्त हुन्छ ।

हंसोपनिष्द्:-

अथो नाद आधाराद्ब्रम्हरन्ध्रेपर्यन्त शुद्धस्फटिकसंकाश: वें ब्रम्ह परमात्मेत्युच्येत ।

आधारचक्रदेखि ब्रम्हरन्थसम्म जुन नाद गुञ्जिरहन्छ त्यो नै स्वच्छ स्फटिक जस्तो परमात्मा हो, यस्तो भनिएको छ ।

यस्ता प्रमाणहरू उपनिषद्मा अनेकौं छन् । आगम शास्त्रको त कुण्डलिनी शक्ति मुख्य विषय वस्तु नै हो ।

कुण्डलिनी जागरणबाट उर्ध्वरता विज्ञान प्राप्त हुन्छ । उर्ध्वरिता मानव देव तुल्य मानिन्छ । ज्योति प्राप्त महात्माहरू उर्ध्वरिता हुन्छन् । ज्योति आज्ञासम्म आरोहण भएकालाई हंस र सहस्रारसम्म पुगेकालाई परमहंस भनिन्छ । संक्षेपमा यही ज्योति रहस्य हो ।

(द्वितीय विश्व हिन्दू महासम्मेलनको उपलक्षमा २०४४ साल चैत्र ११ मा प्रचारित स्मारिकामा प्रकाशित)

धर्मको मर्म

आर्य वा भारतीय संस्कृति अध्यात्म प्रधान छ । निगम, आगम र योगशास्त्रहरूनै यसका मूख्य अंगहरू हुन् । निगम र आगमको धुलमिलमा योगको विशेष भूमिका रहेंको पाइन्छ । वेद, उपनिषद, दर्शन, विभिन्न स्मृतिहरू, पुराणादि ग्रन्थहरू तन्त्र शास्त्रहरू तथा समस्त भारतीय बाङ्मय योगको महिमाले भरपूर छन् । हिन्दू, जैन, बौद्ध, ईसाई, पारसी, इस्लाम, सुफी आदि सवै धर्महरू र यिनीहरूबाट नि:सृत विभिन्न सम्प्रदाय र मतमतान्तरहरका साधन मार्गमा योग साधना विवाद रहित सार्वभौम विषय बनेर रहेको देखिन्छ । योग साधना विना तत्वज्ञानको अनुभव अनुभूति सम्भव छैन भन्नेतथ्य सवैले आफ आफ्नो रूपमा स्वीकार गरेको पाइन्छ । योग अन्तरंग साधना भएकोले सवैजसो धर्म सम्प्रदायहरूले यस विषयलाई निगुढ अथवा रहस्यमय ढंगले अथवा सूत्ररूपले मात्र उल्लेख गरेको देखिन्छ । जुन सर्वसाधारणका लागि बुद्धिगम्य हुँदैन । भारतीय बाङ्मयमा विभिन्न निगम आगम शास्त्रहरू र पातंजल योगसूत्र, गोरक्ष पद्धति, घेरण्ड संहिता आदि ग्रन्थहरू योगसाधना सम्बन्धी विवरणले युक्त छन् । अत: योग सम्बन्धमा यिनीहरू आधिकारिक शास्त्रका रूपमा मान्यता प्राप्त मात्र छैनन् कि विश्वकै धर्म साहित्यमा यी ग्रन्थहरू अनुपम र अतुलनीय छन् । आत्मिक उत्थान चाहने मानव मात्रका निम्ति यिनीहरूबाट ठूलो उपकार भएको छ ।

जीवात्मालाई परमात्मामा योग गराउनु वा विलीन गराउनु योगको परं लक्ष्य हो । आध्यात्मिक उत्कर्षको चरम विन्दु पनि यही हो । कर्मयोग, भक्तियोग, ज्ञानयोग आदि सवै साधना मार्गहरू योगको सहायता विना पूर्ण हुन सक्तैनन् । धारणा, ध्यान, समाधिको क्रमिक उपलब्धि योगकै प्रमुख अंग हुन् । साथै उत्कट भक्ति विना कुनै योग सम्पन्न हुन सक्तैन । आत्माको अन्तिम उपलब्धि असम्प्रज्ञात समाधिमा निर्मल, निश्चल, शान्त, शुभ्र, चैतन्यमय, शीतल, ज्योतिर्मय परब्रम्ह प्राप्त गर्नु हो । यसैलाई ज्ञनोपलब्धि भनिन्छ ।

परमात्मा आफ्नो अंश जीवलाई आफ्नो सत्ताबाट विभक्त गरेर माया गर्भमा संचालन गर्दछन् । यसैलाई परमात्माको ईश्वरीय भूमिको अभिनय मानिन्छ । परमात्मा स्वयं नै अंशात्मक अणु वनेर जीवन रूपमा अनेकौं भूमिका निर्वाह

गरिरहेका हुन्छन् । मानव जीवन मात्र यस मायिक अवस्थाबाट आफूलाई जागृत गराएर क्रमानुसार उर्ध्वगतिको बाटो पार गर्दै उच्चतम अवस्था प्राप्त गर्न सक्तछ । यही मानव मात्रको वैशिष्टय हो र अध्यात्म साधना र योगको चमत्कार पनि हो ।

पातन्जल योगलाई राजयोग भनिन्छ । गोरक्षानाथले हठयोगको प्रतिपादन गरेका छन् । शरीर शोधन कृयामा हठयोगको ठूलो महत्त्व छ । त्यस्तै धारणा, ध्यान, समाधि प्रकरणमा राजयोग पद्धतिको बढी मान्यता छ । शरीर, नाडी, प्राण, मन शुद्धिका निम्ति हठयोग अबलम्बन गरेर धारणा, ध्यान समाधिका निम्ति राजयोग अपनाउने प्रचलन बढी पाइन्छ । कुण्डलिनी योगका बारेमा पातन्जल योग मौन देखिन्छ भने हठयोगले साधनाको उद्देश्य कुण्डलिनी जागरण गराई समाधि लाभ गर्नुलाई मानेको छ । कुण्डलिनी जागरण वा सद्‌गुरूबाट गरिने शक्तिपात विषय अत्यन्त गोपनीय भएकोले निगम शास्त्रहरूका योग प्रकरणहरूमा संक्षिप्त रूपले र निगुढ हिसावले उल्लेख भएको पाइन्छ । तर आगम शास्त्रहरू र गोरक्षा तथा अन्य हठयोग संहितताहरूमा स्पष्ट रूपमा अंकित भएको देखिन्छ । बशिष्ट, विश्वामित्र, याज्ञवल्क्य, व्यास आदि बैदिक महर्षिहरूले प्राण तथा मनको नियन्त्रणका लागि प्राणायामको महत्वमा विशेष प्रकाश पारेका छन् । प्राण र मन अपेक्षाकृत रूपमा नियन्त्रण भएपछि नै कुण्डलिनी शक्तिको जागरण प्रकृया शुरू हुन्छ र अन्त्यमा समाधि लाभ हुन्छ । रामाबतारमा राजा दशरथको राजसभामा महर्षि विश्वामित्रले महर्षि बशिष्टलाई सम्बोधन गर्दै भन्दछन्:-

हे वशिष्ठ महाभाग ब्रह्मपुत्र महानसि ।
गुरूत्वं शक्तिपातेन यत्क्षणादेव दर्शितम् ॥

हे विशिष्ट महाभाग ! तपाई व्रहमाका पुत्र हुनुहुन्छ । तपाईले (श्रीराममा) शक्तिपात गरेर अलिलनै गुरूतवको पदर्शन गर्नु भयो ।

शंकाराचार्यबिरचित "प्रपंचसार-संग्रह" र "सौन्दर्यलहरी" मा कुण्डलिनी शक्तिकोनै प्रमुख रूपमा उपासना गरिएको पाइन्छ । वैष्णवहरूको "श्रीतत्व उपासना" पनि कुण्डलिनीकै उपासना हो । यसरी वेदान्तको पंचकोश विवेक, तन्त्रहरूको चक्रभेद, पातन्जलको अष्टांग योग, जैनमतको योगांग, बौद्धहरूको

अष्टांगिक मार्ग र गारेक्षको षडचक्र भेद आदि साधना मार्ग मूलतः योगकै प्रकारभेद मात्र हो भन्न सकिन्छ । किनकि सबैको अन्तिम लक्ष एउटै हो ।

प्राणी मात्र एक अदृशय शक्तिले संचालित छ । प्राण वायुको कम्पन अथवा शक्तिको स्पन्दनबाट सृष्टिको आविर्भाव भएको मानिन्छ । यो स्पन्दन सर्वत्र व्याप्त छ । व्यष्टि, समष्टि सबैमा यो कृया विद्यमान रहनछ । साधनाद्वारा मानवले आफ्नो देहमा यो प्रवाह अनुभव गर्न सक्तछ । शरीरमा रहेका मूल नाडीहरूमा दायाँमा ईडा र बायाँमा पिंगला र बीचमा सुषुम्णा मुलाधार चक्रलाई केन्द्र बनाएर माथितिर गएका छन् । मुलाधार स्थिति कूण्डलिनी शक्तिबाटै नि:सृत हुने प्राण शक्ति साधारण अवस्थामा इडा र पिंगला नाडीबाट मात्र सारा शरीरमा संचरित हुन्छ । बीचको प्रमुख नाडी सुषुम्णाको मुख बन्द गरेर अति सुक्ष्म विद्युत शक्ति केन्द्र तुल्य दिव्य शक्तिले युक्त कुण्डलिनी शक्ति (Serpent power) रहेको हुन्छ । त्यस शक्ति पीठमा नाद, विन्दु र ज्योति रहेका छन् । त्यसैले विश्वसृष्टिलाई नादात्मक वा विन्दुपरक वा ज्योतिरूप पनि भनिन्छ । नाद वा विन्दु वा ज्योति साधना उपनिषद काल देखिनै चल्दै आएको पाइन्छ । नाद साधना सवभन्दा सुगम मानिन्छ । जसलाई "सुख्य शब्दयोग" नाम दिइएको छ । कुण्डलिनी शक्तिमा विन्दु रूपा जीवात्मा सुक्ष्म रूपमा रहन्छ ।

मन-प्राण-वाक (Mind-life-matter) मिलेर प्राण या जीवको अभिव्यक्ति मानिएको छ । तर यी सबैभित्र दैवीशक्ति विद्यमान रहन्छ र त्यही शक्तिको संचरणबाट मात्र कृयाशील हुन्छ । त्यो शक्तिकेन्द्र कुण्डलिनी शक्ति हो । साधना चलुष्टयको अवलम्बन गर्दै योग कृयादि र प्राणायाम परायण भएपछि तथा सत्वगुणको वृद्धि भएमा ईश्वर कृयाले कुण्डलिनी शक्तिको जागरण हुन सक्तछ । मूलाधारमा प्रचण्ड शक्तिको झट्का बोध हुनाका साथै क्रमश: नाद श्रवण र प्रारम्भिक आनन्दानुभूतिको विचित्र अनुभव हुनु शक्ति जागरणको लक्षण हेा । यसै अवस्थादेखि ध्यान गाढा हुँदा दीप तुल्य ज्योतिको लक्पाको झलक पाउन प्रारम्भ हुन्छ ।

अगाध श्रद्धा भक्तिाका साथ साधना-प्रयाश भई रहँदा शक्ति पूर्णरूपले जागृत भई सुषुम्णा मार्ग उन्मुख भएर उर्ध्वगति लिने क्रममा सर्वप्रथम मूलाधार चक्रको भेदन हुन्छ । त्यसपछि साधनाको तीव्रतानुसार एक चक्रबाट अर्को चक्रारोहण

सम्भव हुँदै जान्छ । आज्ञा चक्रको उपलब्धिबाट विन्दु दर्शन पूर्ण हुन्छ । विन्दूनै जीवतमाका रूपमा बोध भई भौतिक देह सँगको मोह भंग हुन्छ । साधनाको यो ठूलो उपलब्धि हो ।

शक्ति, विन्दु तथा नादको आज्ञामा स्थिति भएपछि धारणा, ध्यानको प्रयाशमा संप्रज्ञात वा सविकल्प समाधि लाभ हुन्छ । त्यस अवस्थामका योगी वा सन्तहरूलाई "हंस" भनिन्छ ।

देह म होइन, मलाई मेरो मन वा बुद्धिले संचालन गरेको छैन, म भित्रको चेतन तत्वलेनै मलाई संचालन गरिरहेको छ, त्यो चेतन तत्व आत्मा हो भन्ने ज्ञान यस अवस्थामा दृढ हुन्छ । तर यो दशा पनि पूर्ण होइन । यस अवस्थामा पनि अझै अभाव खट्किरहन्छ ।

अपार आत्म समर्पण र तीब्रतम साधना गर्दा-गर्दा भगवत् कृपा भयो भने यस अवस्थाबाट उर्ध्वगमन प्रारम्भ हुन सक्तछ । आज्ञाबाट अरू ९ स्तर क्रमसँगै पार गर्नु पर्दछ । ती क्रम हुन:- बिन्दू, अर्धचन्द्रिका, निरोधिका, नाद, महानाद वा नादान्त, शक्ति, व्यापिका, समनी र उन्मनी । यी अत्यन्त सुक्षम, सुक्ष्मतर र सुक्ष्मतम अवस्थाहरू हुन् । तीब्र भन्दा तीब्र प्रयत्नले मात्र उन्मनी स्तरसम्म पुग्न सकिन्छ । त्यसैले भगवान कृष्णले श्रीमद्भगवद्गीतामा भन्नु भएको छ ।

"मनुष्याणां सहस्रेषु, कशिचद्यतति सिद्धये ।

यततामपि सिद्धानां कश्चिन्मां वेत्ति तत्वत:" ॥

हजारौं मनुष्यहरूमा केहीले मलाई प्राप्त गर्न यत्न गर्दछन्, ती यत्न गर्ने सिद्धहरूमा पनि केहीले मात्र मलाई तत्वत: जान्दछन् ।

जसले उन्मनी स्तर प्राप्त गर्‍यो वा जसले शक्तिलाई ब्रह्मरन्ध्रसम्म उर्ध्वारोहण गराउन सक्यो र जसले असंप्रज्ञात वा निर्विकल्प समाधी लाभ गर्‍यो त्यसैले मात्र आत्मालाई परमात्मामा, शक्तिलाई शिवमा, विन्दुलाई महाविन्दुमा योग सम्पन्न गर्न सक्यो । त्यसैले परमपद प्राप्त गर्‍यो । त्यसैले मोक्ष लाभ

गऱ्यो । त्यो बास्तवमा स्वतन्त्र भयो । त्यो परमहंस भयो । प्रारव्धानुसार त्यसले देहपात नहुन्जेल जगतको कल्याण गर्दै रहन्छ । यसै अवस्थालाई भनिन्छः-

भिद्यते हृदयग्रन्थिश्छिद्यन्ते सर्व संशयाः ।

क्षीयन्ते तस्य कर्माणि तस्मिन दृष्टे परावरे ॥

सत र असतको विवेक सांख्यको कार्य हो, वैज्ञानिक रूपले प्रयत्न गरेर तत्व प्राप्त गर्नु वा समाधि लाभ गर्नु योगको काम हो । आत्माले ब्रह्मको वोध गर्नु सांख्यको कार्य हो भने निर्विकल्प समाधि प्राप्त गर्नु योगको काम हो । दुवै मार्ग परस्पर सम्बन्धित र एउटा अर्काको उपकारक छन् । योगको सहारा नलिई मनको चान्चलयले गर्दा सांख्यको प्रयोजन सिद्ध हुन सक्तैन । त्यसकारण योग र ज्ञान दुवै उत्तिकै प्रयोजनीय छन् । योग साधनाको मुख्य उद्देश्य कुण्डलिनी जागरण नै हो । कुण्डलिनी शक्तिको साधना वैज्ञानिक साधना हो । तर यो भौतिक विज्ञान होइन । यो आन्तरिक विज्ञान हो । यो शरीर शुद्धि, नाडी शुद्धि, भावना शुद्धि विज्ञान हो । भावना शुद्धिको महत्वलाई लिएर यसरी भनिएको छः-

भावेन लभते सर्वं भावेन देव दर्शनम् ।

भावेन परं ज्ञानं तस्मादभावावलम्नम् ॥

भाव शुद्ध भएर कुण्डलिनी जागरण भए पछि प्राण, नाद र विन्दु संग परिचय प्राप्त हुन्छ । जागेको कुण्डलिनी उर्ध्वगमन गर्दै शिवसंग मिल्न आतुर रहन्छ । साधन गर्ने योगीले चक्रारोहणको कृया आफूभित्र अनुभव गर्दछ र अन्त्यमा निर्विकल्प समाधि लाभ गर्दछ ।

अतः कर्मयोगी, ज्ञानयोगी, भक्तियोगी अथवा अन्य साधकहरूले कुण्डलिनी जागरणको प्रकृयाबारे आधिकारिक रूपले प्रतिपादन गरेनन् भन्दैमा उनीहरूभित्र कुण्डलिनी शक्तिको जागरण नभई भृकुटीमा ज्योति दर्शन र ब्रह्मरन्ध्रमा पूर्ण चन्द्रजस्तो विमल, स्निग्छ, चैतन्यमय, आनन्दपूर्ण व्यापक ज्योतिको दर्शन भयो भन्न मिल्दैन । आफ-आफ्नो रूपको साधना क्रममा बराबर अपार भावावेश तथा

दिव्य आनन्दको आल्हाद प्राप्त हुँदा कुण्डलिनी शक्ति अपरोक्ष रूपमा जागृत भएको हुनु पर्दछ । कसै-कसैलाई पूर्वजन्ममै जागृत भएको पनि हुन सक्तछ । अथवा यो अति गोप्य रहस्य भएकोले यसलाई गुप्तनै रहन दिन मौन साधेको हुन सक्तछ । विभिन्न साधना जगतको यो गंभीर तथा अपार रहस्य हो । अथवा यस्तो पनि हुन सक्तछ । जसले जान्यो उसले भनने, जसले भन्दछ उसले जानेको छैन ।

कुण्डलिनी शक्ति बारे विभिन्न उपनिषद्का मन्त्रहरूमा कसरी उल्लेख भएका छन्, तिनका केही उदाहरणहरू:-

योगचुडामणि उपनिषद् -
उद्घाट्येत्कबाट तुतथा कुंचिकया गृहम ।
कुण्डलिन्या तथा मोक्षद्वारं प्रमेदयेत ॥३९॥

जसरी घरको ढोका साँचोले खोलिन्छ त्यसरी नै कुण्डलिनी शक्तिद्वारा मोक्षको ढोका खोलोस् ।

त्रिशिखिब्राह्मणोपनिषद् -
योग कालेन न मारूता साग्निना वोधिता सती ।
स्फुरिता हृदयाकोशे नागरूपा महोज्ज्वला ।६४॥

पवनबाट जागृत अग्नि जस्तै योगाभ्यासद्वारा यो कुण्डलिनी शक्ति हृदयकाकाशमा नागरूपले अत्यन्त उज्ज्वल स्फुरित हुन्छिन् ।

बह्मणो विवरं यावद्विद्युदाभासनालकम ।
वैष्णवो ब्रह्मनाडी च निर्वाणप्राप्तिपद्धतिः ॥६८॥
ब्रह्रन्ध्रसम्म जाने यो "वैष्णवी व्रह्मनाडी" विद्युत भैं प्रकाशयुक्त छ र निर्वाण प्राप्त गर्ने मार्ग हो ।

योगकुण्डल्यपनिष्द् -
कुण्डल्येव भवेच्छक्तिस्तां तु संचालयेदुवुधः ।

स्वस्थानादा भ्रबुवोर्मध्यं शक्तिचालनमुच्यते ॥७७॥ प्रथम अध्याय

कुण्डलिनीनै मुख्य शक्ति हो, ज्ञानी साधकले त्यसलाई चालन गरेर दुवै आंखिभौंका बीचमा लैजानुलाई शक्ति चालन भन्दछन् ।

महाभारत कालपछि भारतीय ज्ञान विज्ञानको सशक्ततामा सिथिलता आएको देखिन्छ । त्यसपछिको इतिहास लुप्त प्राय: छ । ईसा पूर्व छवौं शताव्दीमा आएर संसारका कैयौं देशहरूमा आध्यात्मिक व्यग्रता र बौद्धिक विक्षोभ भई धार्मिक पुनर्जागरण भएको पाइन्छ । चीनमा लाओत्जु र क्फयूशस, जापानमा ता-ओ, युनान्मा सुकरात तथा प्लेटो, फारसमा जरस्थुस्त्र, इजरायलमा यहुदी पैगम्वरहरू, भारतमा महावीर तथा वुद्ध र शंकराचार्य आदिको आविर्भाव भयो । यिनीहरू सवैले आफूभन्दा पूर्वका पूर्वजहरूको ज्ञान-भण्डारलाई केलाएर आफ-आफ्नो अनुभव र अनुभूतिका आधारमा नयाँ भाव, नयाँ भाषा र नयाँ ढाँचाले प्रस्तुत गरेका छन् । यी सवैजसो तत्ववेत्ताहरूले प्राचीन भारतको अध्यात्म विद्याका साथै योग विद्याको पनि संकेत पाएका थिए भन्ने अनुमान हुन्छ । प्राचीन भारत भौतिक ऐश्वर्य र समृद्धिले सुसम्पन्न मात्र थिएन, अध्यात्म विद्याको जननी पनि थियो । भारतीय विद्या तिब्बत, महाचीन, जापान आदि पूर्वीय देशहरूमा र युनान, मिश्र, एशियामाइनर, क्रीट र मध्यएशिया प्रभृति पश्चिमीदेशहरूमा पनि फैलिएको तथ्य प्राप्त भएका छन् ।

महात्मा जरस्थुस्त्र एकेश्वरवादी थिए । पारसीहरूको धर्मग्रन्थ "जन्दा अवस्था" मा पवित्र चिन्तन, पवित्र वाक्य र पवित्र कार्यमा जोड दिइएको छ र मोक्ष प्राप्तिको साधनका रूपमा अपरोक्ष तवरले ज्ञान-भक्ति-कर्मयोगलाई नै प्रतिपादन गरिएको छ । पारसीजाती विशेष रूपमा कर्मयोग अपनाउँदछन् ।

चिनी सन्त लाहोत्जुले भनेका छन् "जसले जान्दछ त्यसले भन्दैन, जसले भन्दछ उसले जान्दैन ।"

यहुदी धर्मका प्रवर्तक महात्मा मूसा हुन् । यस धर्ममा भारतमा जस्तै गुरु शिष्य वार्ता परम्पराको प्रचलन गुप्त रूपमा थियो र यस रहस्यलाई "कवोला" भन्दथे । यसको सम्बन्ध गुप्त योग-विद्यासँग थियो । भनिन्छ ।

जैन धर्मका प्रर्वतक महावीरले “सम्यग्दर्शनज्ञानचरित्राणि मोक्ष मार्ग:” भन्ने सिद्धान्त प्रतिपादन गरेका छन् । यिनी ठूला योगी थिए ।

भगवान वुद्धले आफ्नो महानिर्वाणको अन्तिम अवस्थामा आनन्द समेत सबै शिष्यगणलाई सम्बोधन गर्दै भने “तिमीहरू स्वयं आफ्नो निम्ति प्रकाश हौ । आफ्नो मुक्तिाका निमित परिश्रमपूर्वक यत्न गर्दै रहु ।”

नागार्जुन तथा असंग जस्ता बोधाचार्यहरूले “बज्र-प्रबोधन” विद्याको प्रतिपादन गरेका छन् । यस विद्याले शक्ति चालन र उर्ध्वगमनलाई इंगित गर्दछ । यो रहस्यात्मक विद्याको साधना बौद्ध संघहरूमा व्यापक रूपमा प्रचलित थियो र छ ।

महात्मा हेराक्लिट्सले भनेका छन्” मैले आफूलाई खोजे ।”

महर्षि सुकरातले भने “आफूलाई जान ।”

प्लेटो र पिथागोरसले आफ्नो अनुभूति यरी प्रकट गरेका छन् -

मनुष्यको नाभी भित्र एउटा यस्तो अद्भूत शक्ति छ जुन मस्तिष्कको प्रभूता अर्थात वुद्धिको प्रकाशलाई उज्ज्वल गरिदिन्छ र त्यसबाट मनुष्यभिंत्रको दिव्य शक्ति प्रकट हुन थाल्दछ ।

ओल्ड टेस्टामेन्टमा भनिएको छ “मनुष्यको आत्मा भगवानको दीप हो जसलाई ईश्वरीय ज्योतिले प्रज्ज्वलित गर्नु पर्दछ ।”

दया, क्षमा र सहनशीलताका अवतार जिसस क्राइष्टले आफूलाई सुलीमा चढाउँदा भने “हे पिता ! यिनीहरूलाई क्षमा गर, यिनीहरू अवोध छन्,” फेरि उनले भने “ हे पिता यो आत्मा तिमीलाई अर्पित छ । “महात्मा क्राइष्ट निरन्जन, निराकार, ज्योति स्वरूप परमेश्वरलाई मान्दथे र आन्तरिक रूपान्तरणमा विशेष जोड दिन्थे ।

महात्मा पाल भन्दछन् - तिम्रो शरीर ईश्वरको मन्दिर हो र ईश्वर तिमी भित्र छन् । त्यस्तै फेरि भन्दछन् - म जीवित छु तर अब म होइन, म भित्र ईसामसिह जीवित छन् ।

विलियम लां भन्दछन् - प्रत्येक मनुष्यको आत्मामा ईश्वरको तेज, प्रकाश र प्रेम विद्यमान छ ।

उपवास, प्रार्थना, निर्भयता, समर्पण र प्रेम नै इसाईहरूको योग साधना हो ।

हजरत महमद भन्दछन् - खुदा (ईश्वर) एक छन् र सवै इन्सान (मनुष्य) भाइ-भाइ हुन् ।

कुरानसरफिमा भनिएको छ - सवै सुन्दर नाम खुदाको हो ।

सवै जातिका निमित्त हिदायत दिनेहरू पठाइएका छन, रसूलों (अवतारी पुरूषहरू) मा कुनै फरक छैन । सवै वरावर छन् किनकि सवैले एउटै कुरा सिकाउँदछन् ।

सुफी सम्प्रदायका प्रमुख मुहमद जायसीद्वारा रचित पद्मावत नै सुफीहरूको मुख्य धर्मग्रन्थ हेा । यो प्रेम काव्य हो तथापि यसमा हठयोगको सम्यक प्रतिपादन भएको छ । यसमा नवद्वारपछि दशमद्वार ब्रह्मरन्ध्रको बारेमा उल्लेख गरेर गढतल कुण्ड (कुण्डलिनी स्थान) छ, त्यसैबाट गढ माथि जाने बाटो छ र बह्मरन्ध्र गुप्त छ र त्यसमा चढ्न अगम्य छ भनिएको छ । सूफी साधनाको प्रमुख लक्ष प्रेम र योगद्वारा मोक्ष प्राप्त गर्नु हो ।

सूफीसन्त नूर महमद भन्दछन् - योग साधकले आफूलाई विर्सेर ध्यान-मग्न भई तपस्या गरोस र अन्तः करणलाई निर्मल गरोस अनि सोह्रकलाले युक्त सूर्यको उदय हुन्छ ।

अशोक महानले भनेका छन् - समवाय एवसाधुः (एकतानै ठीक छ)

यसरी विश्वका सवै धर्महरूको निरीक्षण, परीक्षण र विवेचना गर्दा प्रमुख विषयहरू सर्वमान्य र समन्वयात्मक भेटिन्छन्, जस्तैः-

(१) ओम, आमीन, एमेन, गाड एउटै वस्तुको नाम हो ।

(२) सूकर्मको फल सुखदायक र कुकर्मको फल दु:खदायक हुन्छ ।

(३) ईश्वर निराकार र सर्वव्यापी र अगम्य छन् ।

(४) जनताको भावना शुद्ध गर्न भिन्न भिन्न रूचि अनुसार उपासनाको सुविधाका लागि मन्दिर, गिरजाघर मश्जिद आदि धर्मस्थलहरूको कल्पना गरिएको हो र सवै पवित्र छन् ।

(५) पश्चाताप र प्रायश्चित पाप नाशक साधन हुन ।

(६) "मा हिंस्यात सर्वैभूतानी' सवैका निम्ति मान्य छ ।

(७) मानवमात्रको परम लक्ष मोक्ष प्राप्त गर्नु हो ।

(८) ईश्वर कृपा प्राप्त गर्न तपस्यानै गर्नु पर्दछ ।

(९) तपस्याले मात्र ईश्वरीय गुणहरूको विकास हुन्छ र ईशवरको नजिक पुगिन्छ ।

(१०) योगिक तपस्याले मात्र समाधि लाभ हुन्छ र जीवात्माको परमात्मासँग एकाकार हुन सक्तछ ।

महर्षि याग्यवल्क्यले धर्मको सार संक्षेप यसरी प्रकट गरेका छन् -

"अयं तु परमो धर्मो यद्योगेनात्मदर्शनम्" अर्थात मानव मात्रको परं धर्म यही हो कि योग साधना गरेर आत्म दर्शन गरोस् ।

उपर्युक्त विवेचनाबाट सव सिद्धिको मूल समाधि सिद्धि हो र समाधि योगबाट मात्र सम्भव छ । यही धर्मको मर्म हो ।

हिन्दूहरूको वेद ईश्वर प्रदत्त सर्वश्रेष्ठ सर्वमान्य वैज्ञानिक महाग्रन्थ मानिन्छ । वेदको कर्मकाण्ड र ज्ञानकाण्डको विरोधी प्रतीतिलाई समन्वय गर्ने उद्देश्यले महर्षि जैमनीले पूर्व मिमांसा र महर्षि व्यासले उत्तर मिमांसाको रचना गरेका थिए ।

त्यसपछि महर्षिसोतिले वेदान्त, सांख्य, योग, पाँचरात्र, पाशुपत आदि शास्त्रहरुलाई एकीकरण गर्ने प्रयाश गरेका थिए । आधुनिक युगमा महर्षि दयानन्दले षडदर्शनहरू एक अर्काका विरोधी होइनन् भनी एकीकरण गर्ने प्रयाश गरेका थिए ।

हाल "अखिल भारतवर्षीय आर्यकुमार परिषद्" ले षडदर्शन समन्वय नामक शास्त्रीय ग्रन्थ तयार गरी सिद्धान्त शास्त्रको परीक्षामा समावेश गर्दै पठन पाठनको क्रम चलाईएको कुरा ज्ञात हुन आएको छ । यसरी हिन्दू धर्म भित्रको दर्शन र सम्प्रदायहरूको मानसिक अन्यौलको स्थितिलाई पन्छाउँदै उदार र तथ्यपरक दृष्टि अपनाएर सर्वधर्म समन्वय तर्फ अग्रसर भएको पाइन थालेको छ ।

योगशास्त्रहरू उपनिषद्बाट नि:सृत भएको एकातिर देखिन्छ भने अर्कोतर्फ प्राचीन कालदेखिनै आगम शास्त्रले कुण्डलिनी योगलाई प्रतिपादन गरेको पाइन्छ । यसरी प्राचीन निष्ठा योग नै हो भन्ने प्रमाणित हुन आउँदछ ।

सवै धर्म ईश्वरीय प्रेरणाबाट उत्पन्न भएका हुन र योगको अनुशीलनबाट समाधि लाभ भएपछि परमात्माको अनुभूति पाउन सकिन्छ । यही ज्ञान हो । धर्म अनेक भए पनि लक्ष एउटै हो र उपलब्धि पनि एउटै हेा । गाई धेरै किसिमका हुन्छन् तर तिनको दूध सेतै हुन्छ ।

सवै धर्मप्रतिको समभावले मानव समाजमा शान्ति र शान्तिबाट समृद्धि उत्पन्न भई विश्वको महान कल्याण हुन सक्तछ ।

मानव मात्र आनन्द चाहन्छ । आनन्दको मूल परमात्मा हो । अत: मानव धर्मनिरपेक्ष रहन सक्तैन किनकि धर्मनै आनन्द प्राप्तिको एक मात्र बाटो हो । धर्ममार्गमा हिंड्न चाहने र परमात्मासँग सामरस्य चाहने साधकका निम्ति योग साधना गर्नु नितान्त आवश्यक छ ।

आत्माको परमात्मा सँगको सामरस्यको महात्म्य योगी गोरखानाथले यसरी प्रकट गरेका छन् -

निर्मल निश्चलं नित्यं निष्क्रियं निर्गुणं महत
व्योम विज्ञानमानन्द ब्रह्म ब्रह्मविदो विद् ॥१९३॥

निर्मल, निश्चल, नित्य, निष्क्रिय, निर्गुण, अपार चिंदाकाशस्वरूप आनन्दात्मक वोधस्वरूप ब्रह्मलाई ब्रह्मजान्ने योगीले जान्दछन् ।

त्यस्तै, स्कनद पुराणमा यसरी ज्ञानीको महत्वको वर्णन गरिएको छ :-

कुलं पवित्रं जननी कृतार्था
बसुन्धरा पुण्यवती च तेन ।
अपार संवित्सुखसागरे S स्मिं
ल्लीनं परे व्रह्मणि यस चेत: ॥

कुल पवित्र भयो किन कि त्यो शक्तिले सवैलाई पवित्र गरिदिन्छ । यस्तो पुत्र-पुत्री पाएर उनकी जननी कृतार्थ हुन्छिन् । यो पृथ्वी पनि यस्तालाई धारण गरेर पुण्यवती कहलिन्छिन् । त्यही श्रेष्ठ कूल हो जसमा यस्ता पवित्र पुण्यातमाहरूको जन्म हुन्छ ।

(स्व. टंकप्रसादजीको प्रेरणाबाट रामहरि शर्माजीले २०५० सालमा प्रकाशित गर्नु भएको 'गोरक्ष - पद्धति' को आमुखका निम्ति तयार गरिएको तर 'मन्तव्य' शिर्षकमा संक्षिप्त रूपमा प्रकाशित)



लेखकको संक्षिप्त परिचय

श्री गोविन्दप्रसाद उपाध्यायको जन्म १९७५ साल चैत्र पूर्णिमामा डिल्लीबजार काठमडौंमा भएको हो । प्रजातन्त्र तथा संवैधानिक राजतन्त्रको पक्षमा र राणाशासनको विरोधमा 'नेपाल प्रजापरिषद' बाट १९९७ सालमा भएको पर्चा आन्दोलनमा वहाँले पनि महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्नु भएको थियो । त्यसैले अरू साथीहरूका साथ वहाँ पनि पक्रिनुभयो र अंश सर्वस्व सहित जन्म कैद पर्नुभयो । वहाँका साथीहरू कोही झुण्डयाइए, कोही गोली ठोकिए र कोही मुडिए । कालकोठरीको कैदी जीवनमा वहाँले आफ्नो अध्ययनलाई बढाउँनुका साथै अध्यात्मिक साधनामा पनि लाग्नु भयो ।

२००७ साल माघमा साथीहरूका साथै वहाँ जेल मुक्त हुनु भयो । त्यस पछि 'नेपाल प्रजापरिषद्' को कृयाकलापमा संलग्न हुनुका साथै जीवनका अनेकौं उकाली ओराली बीच पनि वहाँले आफ्नो साधना छाड्नु भएन । २०१८ देखि २०२६ सालसम्म वहाँ विभिन्न अंचलमा अंचलाधीश पनि हुनु भयो । २०३६ सालमा राष्ट्रिय जनमत संग्रह गराउने चूनाव आयोगको सदस्य पनि हुनु भयो । त्यसपछि २०४२ देखि २०४७ सालसम्म राजसभा स्थायी समितिको सदस्य र २०४७ साल देखि हालसम्म राजपरिषद स्थायी समितिको सम्माननीय सदस्य हुनु हुन्छ ।

यो सानो पुस्तिका १९९७ देखि २००७ सालसम्म र त्यस पछिका दिनहरूका पनि साधनाका अन्वेषण, अनुसन्धान र अनुभूतिका नै उपहार हुन् । राजनैतिक र धार्मिक विषयका वहाँका विभिन्न लेखहरू विभिन्न पत्रपत्रिकामा प्रकाशित भएका छन् । १९९३ देखि २००७ साल सम्मका नेपालको राजनैतिक जागरणका विवरणयुक्त एउटा पुस्तक पनि निकट भविष्यमै प्रकाशित हुने भएको छ ।